

乳児のマスク使用はとても心配な事があります。

- ・乳児の呼吸器の空気の通り道は狭いので、マスクは呼吸しにくくさせ呼吸や心臓への負担になる。  
気管をストローと考えて下さい。ストローは大人に比べるとずっと細いです。その上、ストローの先に何か(=マスク)が付いていると、他の子と同じようにジュースを飲むには、ものすごく頑張る必要があります。『疲れます』。
- ・マスクそのものや吐物による窒息のリスクが高まる。  
一生懸命呼吸をして疲れ果てた結果、呼吸が止まったり、吐いたりすることもあります。吐いたものが気管に詰まると窒息です。マスクで顔の半分が見えませんが、『呼吸停止』や顔色の変化に気づくのが遅いと大変です。
- ・マスクによって熱がこもり熱中症のリスクが高まる。  
肺は、汗と一緒に体温コントロールもしています。息を吐いて余分な熱を逃がし、体温より低い外の空気を吸い込むことで体温のバランスをとっているのです。真夏の暑い日にマスクをしているとマスクがジャマで上手に熱を逃がせません(=暑い日の締め切った部屋と同じ)。熱がカラダにタマリ、『熱中症』のキケンもあります。
- ・顔色や口唇色(=唇の色)、表情の変化など、体調異変(=いつもと違った様子)への気づきが遅れる。  
むかし、小児科の新人教育の際、“内科は日に日に容態(=病気の様子)が変化する。大きな子は時間単位で変化する。乳児(=1歳未満)や幼児は“後ろ向いたスキに変化する”と教えられました。『急変』が怖いです。

## 2歳未満の子どもにマスクを使用するのは止めましょう

赤字は、当院補足です。  
石川こどもクリニック