



ほけんだより

令和5年11月30日
社会福祉法人 顕陽会

急に冷え込む日があったり、少し動くと汗ばむ日があったりなかなか気温が安定しない日が続いています。感染症予防として手洗い・うがいをもう一度子どもたちと一緒に見直し、病気に負けない身体作りをしていきたいです。まだまだ油断は禁物です!!朝の子どもの様子がいつもと違う・・・元気がない。食欲がない。便の調子がおかしいなどお母さん・お父さんの気付きを担当に必ず伝えてください。そうすることで、子どもたちの異変にいち早く気づくことができますので、ご協力よろしくお願い致します。

ヒトメタニューモウイルス感染症の主な症状

ヒトメタニューモウイルス感染症は、いわゆる風邪症状にとっても似ています。

- 咳 (多くの場合、1週間程度続きます)
 - 熱 (多くの場合、4~5日程度続きます)
 - 鼻水
- 悪化すると、以下のような症状が出ることもあります。
- ゼイゼイ (ヒューヒュー) という呼吸 (喘息様気管支炎、細気管支炎)
 - 呼吸困難 など



登園の基準は、咳がおさまってからとなります。ひどい時は、再度、病院で相談してください。

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症になると危険です。子どもの様子を見ながら水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



吐き気が治まったら、子ども用イオン飲料やお茶、スープなど、飲める物を少量ずつ飲ませる

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

インフルエンザがはやってます!

くしゃみ、せきなどの症状のほか、高熱と頭痛が急激に現れたら、インフルエンザかもしれません。潜伏期間が1~3日と短く、感染力が強いので注意が必要です。早めの受診を!

医療機関での検査は、15分程度で診断がつきます。

ただし、一般的には発熱後8時間以上たっていないと、検査をしても正確な結果が出ません。



症状

突然の高熱 (38℃以上)

頭痛

おう吐

のどの痛み

鼻水

かんせつづう 関節痛 筋肉痛

激しいせき

予防のために

- なるべく人混みを避ける
- 部屋の湿度は50~60%くらいに。こまめな換気を心がける
- 十分な睡眠、休養をとる
- バランスのよい食事、十分な水分補給を
- 予防接種を毎年2回すること (13歳未満)

突然の高熱に注意!

溶連菌感染症

突然、熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

- 症状**
- 突然、熱が出て、のどがはれて痛みが出る
 - 全身に発しんが出る
 - 舌にイチゴ状の赤いぶつぷつが出る
 - おう吐、頭痛が起こる



注意!

症状が落ち着いたからと抗生薬の服用をやめると、腎炎などになる危険が。医師の指示どおり最後まで飲みましょう。

注意!

抗生薬を飲んでから24~48時間たつまでは登園停止です。登園前に医師の診察を受けましょう。

目の病気がはやってます

目の症状が気になったら、こんな病気かも!? どちらもアデノウイルスによる感染症です。感染力が強いので注意が必要。早めに受診しましょう。

プール熱 (咽頭結膜熱)

- 症状**
- 発熱 (38℃以上)
 - のどの痛み
 - 目の充血
 - 目やに、涙
 - ※ 熱は3~5日続く

流行性角結膜炎

- 症状**
- 目の充血
 - 目やに
 - まぶたのはれ
 - ※ ひどくなると発熱や下痢を伴うことも

- ケア**
- 対症療法が中心。のどごしがよい食事にする
 - 水分補給を

共通のケア

- 処方された目薬などを使う
- タオルなどの共有をしない
- 汚れた手で目をこすらない。よく手を洗う



眼科

※ どちらも、登園には医師が記入した意見書が必要になります。