

12月のほけんだより

2022年11月30日
あさひ保育所

今年も残り1か月となりました。新型コロナウイルス感染症は以前変わらず、感染者は増加傾向をたどっています。保護者の皆様には感染対策にご協力頂きありがとうございました。今後も引き続きお願いします。

冬に流行する感染症・・・インフルエンザ・胃腸炎・溶連菌感染症・アデノウイルス感染症などがあります。予防としては、手洗いやマスクの着用など今行っている感染症対策はもちろんですが、まずは規則正しい生活リズムがとれているか、見直してみましょう。栄養バランスが取れた食事・十分な睡眠・適度な運動など皆さんはどうでしょう。寒くなる季節、身体を中から温めて免疫アップにつなげましょう。

また、今年の冬はコロナとインフルエンザの同時流行が心配されています。年内に予防接種を受けるようにしましょう。



アデノウイルス感染症・・・アデノウイルスが原因の感染症、咽頭結膜熱。例年7～8月に感染のピークがあり、子どもの感染者が多く、プールでの接触やタオルの共用などにより感染することがあるので、「プール熱」としても知られている感染症ですが、実は冬にも流行する感染症です。

主な症状：高熱・咽頭痛・結膜炎ですが、胃腸炎の原因ウイルスとなることも意外と多いです。

潜伏期間：5～7日 感染力：強い

登園の目安：「発熱、充血等の主な症状が消失した後2日を経過していること」となっています

インフルエンザ・・・今年は流行の兆しあり

主な症状：高熱・関節痛・筋肉痛・全身の倦怠感などが急速に現れるほか、普通の風邪症状

潜伏期間：1～4日 感染力：強い

登園の目安：「発症後5日間、かつ解熱した後3日を経過するまで」

迅速診断と早期治療：熱が出て数時間では正確な検査結果が出ません。



治療薬を開始するのは48時間以内と言われています。

おう吐やけいれんなど特別な症状がなければ1日（半日以上）待つてからの検査でもいいでしょう。



クループ・・・うつるものではありません

原因：かぜをひいたときにのどの奥（声帯のあたり）が腫れて起こります。



症状：オットセイの声のような（犬が吠えるような）咳・嘔声・のどの痛み・吸気時にヒューヒュー音がする。

④のどの腫れが強くなると、息をするのがつらくなります。



☆息がつかうようなときは、夜中でも受診が必要です☆