



8月号 ほけんだより



令和4年8月 病児・病後児保育室「いよっこすまいる」

猛暑が続いています。子どもたちは、暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分の補給には十分に気を配りましょう。熱中症は、炎天下だけでなく、湿度の高い室内でも起こり得ます。また、暑いと体力が落ちて、食欲がわからないことや、つい冷たい物ばかり食べてしまうことがあります。暑さに負けない体力づくりをするためにも、しっかりとご飯を食べられる工夫をしましょう。

RSウイルス感染症

症状

4～5日の潜伏期間の後、鼻水、咳、発熱などのかぜに似た症状が現れます。通常は1週間前後で回復しますが、なかには肺炎や気管支炎を発症する子どももいます。特に心肺の基礎疾患がある子は重症化しやすいので、注意が必要です。また、新生児、低出生体重児、生後6カ月未満の乳児も重症化しやすいと言われています。手洗い・うがい（乳児は外から帰ったら水を飲ませる）をしっかり行い予防しましょう。

気管支炎や肺炎などを起こすウイルス感染症で、冬場に乳幼児の多くが感染します。終生免疫ではなく、2歳までにほぼ100%感染すると言われているため、毎年かかる子どもも多いようです。



症状が軽い場合は、かぜを引いた時と同様、水分補給、睡眠、栄養、保温に注意し、安静にして経過を見ます。脱水気味になると、たんが粘稠になって吐き出すのが困難になるので、水分をこまめに与えましょう。



こんな病気が見られます。

- ◆感染性胃腸炎 ◆RSウイルス感染症
- ◆手足口病 ◆水痘 ◆突発性発しん



冷たい物を とり過ぎていませんか？



夏になると、おなかの調子が悪くなる子どもが増えます。消化吸収能力が未発達なところに、冷たい物を食べたり飲んだりする機会が増えることで、胃腸の働きが低下し、下痢などを起こしやすくなるのです。

冷たい物は、とり過ぎないように注意し、食事やおやつするときなどと時間を決めてとるようにしましょう。

また、クーラーの温度を調節して、体を冷やさないように気をつけることも大切です。

とびひ(伝染性膿痂疹)^{のうかしん}

症状

- ・米粒大の水疱ができ、うみを持ってかゆくなる。
- ・水疱は破れやすく、かいたり服が擦れたりして菌を含んだ液が飛び散り、広がっていく。
- ・かいた手で他の部位を触ることで広がる。
- ・かさぶたになると炎症が強く、リンパ節が腫れたり、発熱やのどの痛みがでたりする。

潜伏期間(2～10日間)

- ・かき壊して傷になったところに細菌が入りこむことで、接触感染する。

予防チェックリスト

- ていねいに手洗い・うがいをする。
- シャワーを浴び、皮膚を清潔にしておく。
- タオルの共用は避ける。





気をつけよう！虫さされ

蚊

子どもは蚊に刺される免疫が少ないため、水ぶくれができることもあります。刺されたら患部を洗い、30分以内に炎症をとる薬を塗ると、症状が軽くて済みます。

毛虫

毛虫の毛が刺さって炎症を起こしたときは、患部にセロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れるため軽傷で済むことがあります。直接触らなくても毛が皮膚に触れるだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。

ダニ

市販の虫刺され用の薬で効果があります。人によってはアレルギーなどで、全身に発疹が広がったり、喘息や皮膚炎を引き起こしたりする場合もあるので、その時は受診しましょう。

ムカデ・ハチ

刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫に刺されてことがあり、気分が悪い、息苦しいなどの場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるので、早急に受診しましょう。

虫よけ剤のめり方

★手足の先や目元・口元にはつけない(手や足を口に持って行ったり、目をこすったりすることがあります)

★スプレータイプより、ウェットティッシュ・ジェルクリームなどぬるタイプのものを(いったん手のひらにとってからぬります。スプレータイプのものは、吸い込む恐れがあるので避けましょう)