

ほけんだより 2月号



兵庫保育園 医務室
R 6年2月

2月4日は暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。インフルエンザ、新型コロナウイルス、溶連菌感染症、感染性胃腸炎が佐賀県内ではまだまだ流行っているため、手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう。

注意しよう！感染性胃腸炎

この時期、多く見られる感染性胃腸炎。冬場の胃腸炎は、ほとんどがウイルス性で、ロタウイルスとノロウイルスが多くなります。予防するためには、日頃からこまめな手洗いを行うことが大切です。また、ロタウイルスには、乳児対象の経口ワクチンがあります。

感染性胃腸炎

症状

潜伏期間は1～2日で、おもな症状は嘔吐と下痢です。嘔吐だけ、下痢だけの場合もあります。そのほか、発熱、頭痛、腹痛を伴うこともあります。ロタウイルスの場合は、米のとぎ汁のような白色の便が出る場合があります。



家庭でのケア

ウイルス性の場合、特別な治療薬はないため、対症療法（水分補給や整腸剤、食事療法）を行います。嘔吐直後は、胃腸を休めて、吐き気が治まってきたら、ようすを見ながら、経口補水液などをスプーンで少量ずつ与えます。嘔吐の症状は、1～3日程度で多くの場合、治まるといわれています。下痢の場合は、もう少し長く、3～4日から1週間程度かかることもあるので、食事は消化のよいものにしましょう。

予防の基本！手洗い

登園後、外遊びの後、食事の前、トイレの後、外から帰った後などに、手を洗いましょう。また、手を洗う時は、石けんを泡立てて手のひら、手の甲、指の間、親指、手首を丁寧に洗いましょう。



(登園について)

学校保健安全法では第三種の感染症(その他の感染症)として病状により医師の診断を受け感染のおそれがないと認めるまでの期間、登園をひかえてもらう必要があります。嘔吐・下痢の症状が治まり、普段の食事がとれていれば登園が可能。登園時、**感染症(B)の登園届を保護者記入**を提出して下さい。



嘔吐物の処理方法

嘔吐物(おうとぶつ)は、二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクで体を覆って嘔吐物に直接触れないようにしましょう。



用意する物

- ・使い捨て手袋
- ・使い捨てマスク
- ・バケツ
- ・雑巾
- ・ビニール袋
- ・消毒液(塩素系漂白剤など)
- ・使い捨てエプロン(あれば)

手順

- ①手袋(できればひじまで隠れるもの)をして捨ててもよい布や紙で拭き取ります。
 - ②拭き取った物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
 - ③汚れた床は、消毒液(漂白剤等)などを薄めて拭きます。
 - ④処理の後には十分な換気を行いましょう。
- 嘔吐物の付いた衣類の洗い方
消毒液を薄めて、衣類を2時間程漬け置きした後、洗濯をします。他の衣類とは一緒に洗わないようにしましょう。



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、早めを受診しましょう。

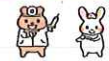
- 突然、熱が出て、のどがはれて痛みが出る
- 全身に発しんが出る
- 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
- おう吐、頭痛が起こる



はしかの予防接種



はしかで怖いのは、肺炎、中耳炎、脳炎などの合併症を起こすことと、治療法がないということです。しかし、はしかの予防接種の効果は非常に高く、受けていればほとんど感染を防げる病気なので、**1歳を過ぎたら必ず予防接種を受けるようにしてください。入学前に受ける追加接種も忘れずに行いましょう。**



ご存じですか?

予防接種のメリット

予防接種には、さまざまなメリットがあります。小さな子どもは予防接種の種類や回数が多いので、わからないことや心配なことはかかりつけ医に相談しましょう。

子どもを守る

予防接種を受けると、その感染症への抵抗力がついて感染しにくくなります。また、かかったとしても、軽くて済み、合併症などを起こしにくくなる効果もあります。

みんなを守る

予防接種を受けて抵抗力をもつ人が増えると、人から人へうつりにくくなるため、その感染症の流行が起こりにくくなります。接種する人が増えることで、みんながかりにくくなるのです。

接種できない人を守る

接種する人が増えて、社会全体で感染症の流行を防げるようになると、妊娠中の人や、病気など健康上の理由で接種が受けられない人を守ることができます。