

ほけんだより 7月号

令和3年7月9日
東部マドカ保育園
看護師 鈴木敦美

7月に入りました。むし暑くなってきて水遊びが気持ちいい季節になりましたね。
当園では流行っておりませんが、市内でRS ウイルスが流行っております。
また、これから夏に向かい流行りそうな次の感染症もあわせて気を付けていきましょう。

RS ウイルス



- ・潜伏期間（感染してから体に症状が出るまでの期間）は4～6日。
- ・感染経路は咳やくしゃみなどによる飛沫感染や接触感染です。
- ・1歳までに半数以上、2歳までにはほぼ100%感染します。
- ・鼻水や咳など風邪のような症状が出ます。
- ・繰り返し感染しますが、徐々に免疫ができて軽い症状で済むようになります。
- ・乳児が感染した場合は重症化しやすいので注意が必要です。
- ・医師の判断で「呼吸器症状が消失して全身状態がよいこと」が登園の目安になります。



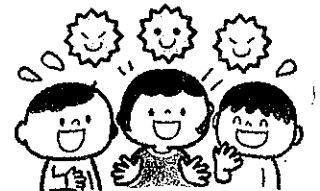
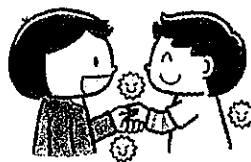
予防



- ・手洗い、うがい、マスクが大事ですが、これらは小さな赤ちゃんが行うことは難しいです。大人がウイルスを運ぶことのないようにしっかり予防しましょう。

保育園では、日々おもちゃや身の回りの触れるところの洗浄や掃除を行い、適宜消毒を行っております。

しかし、保育園は集団生活の場であり、子供同士の密着、おもちゃの共有など避けられないところがあります。



重症化を避けるためにも、集団感染を防ぐためにも、
風邪のような症状が見られたら早めに受診をしましょう！

「ゼーゼー、ヒューヒュー」といった苦しげな呼吸がきかれるときは早急に受診をしましょう！



以下は『夏の三大感染症』といわれていて、大人もかかることがあります。
そして症状が治まった後も2~4週間ほど便からウイルスが出るため注意が必要です。

手足口病

- 手のひら、足の裏、口の中にぷつぷつと水ぼうやや赤い湿疹が出ます。
- 口の中の痛みにより、食事や水分が取れず脱水症状を起こすことがあります。



ヘルパンギーナ

- 39度以上の熱が1~3日続き、のどが赤くはれて水ぼうやがたくさんできます。
- のどの痛みで食欲がなくなり、脱水症状を起こすこともあります。



咽頭結膜熱（プール熱）

- のどの痛み、目の充血、発熱が主な症状です。
- アデノウイルスによる感染症です。



※アデノウイルスは何十種類も型があり、様々な症状で何度もかかることがあります。

- 流行性角結膜炎（はやり目）……目の充血、多くの目やに、涙に加えリンパ節の腫れや痛みを伴います。
- 呼吸器の感染症や下痢おう吐といった胃腸炎もあります。

予防の基本は、手洗い、うがい、マスクです。

そして、ウイルスに負けない強い体を作ることが大切です。

規則正しい生活、十分な睡眠、一日3食いろんなものを食べることを意識して免疫力（ウイルスや細菌と戦って体を守る力）をアップさせ、楽しく夏を過ごしましょう！

