



1月のほけんだより



令和3年1月1日発行
明照保育園
たんぼほルーム

あけましておめでとうございます。新型コロナウイルス感染症予防対策の影響もあり、年末年始は、ゆっくりと過ごすことができたでしょうか？

不規則な生活習慣がついてしまった・・・というお子さんはいませんか？毎日冷え込み、体調の崩しやすい時期です。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。

気をつけよう冬の感染症

12月にアデノウイルス感染症2件とリンゴ病(伝染性紅斑)が1件発生しました。どちらもウイルス性の感染症です。感染症になると登園停止になったり、登園届や医師の意見書が必要になります。



「アデノウイルス」とは？

～感染対策コンサルジュより～



呼吸器、目、腸、泌尿器などに感染症を起こす原因ウイルスです。51の型に分類され、病気と関係が深いのは1～8型です。多くの型があるため、免疫が付きにくく、何回もかかることがあります。

・呼吸器感染症

鼻炎・咽頭炎・扁桃炎ののどの気道炎をおこします。主にせき、結膜炎のほか、咽頭炎やクループ(声帯やのどに感染して気道の粘膜がはれる病気)、気管支炎、肺炎などが起きる場合があります。

・咽頭結膜熱(プール熱)

扁桃腺のはれ、のどの痛みに加え、結膜炎が伴うことがあります。熱は一日の間に39～40℃の高熱と37度前後の微熱の間を4～5日ほど行き来します。主要な症状がなくなった後、2日間登園禁止となり、医師の意見書が必要です。

・流行性角結膜炎

年齢を問わず起こる目の病気で、充血し、目やにも出ます。咽頭結膜炎のような熱は出ません。のどの赤みも強くありません。しかし非常に強い伝染力がありますので、結膜炎の症状が消失するまで登園禁止となり、医師の意見書が必要です。

・ウイルス性胃腸炎

乳幼児期に多いのが特徴です。下痢・嘔吐・嘔気・気分不快・微熱・腹痛といった、ロタウイルスによる胃腸炎と似た症状が見られます。潜伏期は3～10日。感染者の便の中にあるウイルスが口から入って感染するほか、飛び散ったウイルスを吸い込むことでも感染する可能性があります。感染していても症状がない場合、気づかないうちに他人にうつしてしまうことがあります。嘔吐、下痢等の症状が治まり、普段の食事がとれるまでお休みになり、登園届が必要です。

・出血性膀胱炎

排尿時に痛みがあり、真っ赤な血尿が出ます。尿意が何度も起こる尿意頻発が見られることも。症状は2～3日で良くなり、血尿は10日程度で改善します。

リンゴ病(伝染性紅斑)とは？

リンゴ病とは、ウイルスが原因で起こる感染症です。感染しても始めのうちは症状が出ないこともあれば、微熱や軽い風邪のような症状が出る人もいます。ウイルスが体の外に最も多く排出されているのはこの時期です。その後1週間を過ぎると、両ほおに、赤い発疹があらわれます。このころにはもう、感染力はほとんどありません。続いて手や足、場合によっては胸やおなか、背中にもレースのような網目状の発疹があらわれます。発疹は1週間程度で消えますが、再び出てくることもあります。ほとんどの人は自然に回復します。全身状態が良ければ登園できますが、登園届が必要です。

感染症の予防はしっかりと

- ①うがい・手洗い
- ②汗をかいたらすぐ着替え
- ③バランスの良い食事
- ④部屋の換気と加湿
- ⑤規則正しい生活リズム
- ⑥人混みを避ける



注意して欲しい 感染症

- ①新型コロナウイルス
- ②インフルエンザ(季節性)
- ③ノロウイルス感染症
- ④溶連菌感染症
- ⑤咽頭結膜熱



～感染症・予防接種なびより～