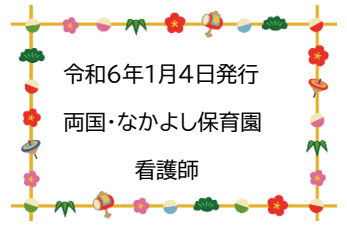


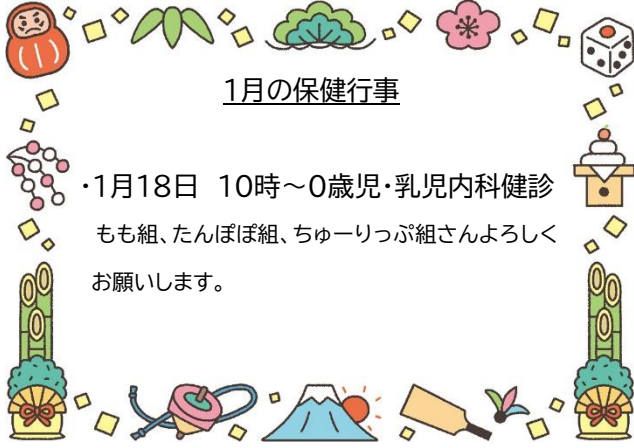


# ほけんだより



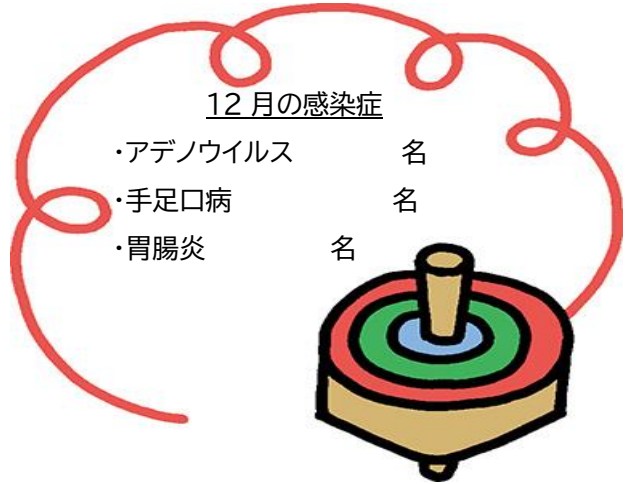
あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？

不規則な生活習慣になってしまったお子さんもいるかもしれません。新年、気持ちも新たに、健康管理に留意していきましょう。



## 1月の保健行事

・1月18日 10時～0歳児・乳児内科健診  
もも組、たんぼ組、ちゅーりっぷ組さんよろしく  
お願いします。



## 12月の感染症

- ・アデノウイルス 名
- ・手足口病 名
- ・胃腸炎 名

## 気を付けよう！冬の感染症

寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる季節です。冬の感染症は呼吸器に症状が出やすいものが多いのが特徴です。さらに、冬から春先には、ロタウイルスやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行します。十分に注意し冬を元気に乗り切りましょう。

### RSウイルス感染症

**原因:**RS ウイルスの感染によって起こる集団流行しやすい感染症。特に乳児がかかりやすく気管支炎や肺炎を起こす。

**症状:**鼻水や咳などの症状で始まり呼吸時にヒューヒューやゼーゼーなどといった音がする。

**対応:**今のところ治療薬はないため早めに受診し、こじらせないことが第一。



### 気管支炎

**原因:**インフルエンザやかぜの炎症が、のどから気管支にまで進んだ状態。

**症状:**熱が高くなり痰が絡んでゼロゼロという湿った咳が長く続く。長引くと症状が悪化し呼吸困難に陥ることも。

**対応:**室内の乾燥を防ぎ、水分摂取をする。咳は痰を体外に出すための大切な反応なのでむやみに市販薬は使用しない。



### 溶連菌感染症

**原因:**A 群溶血性連鎖球菌という細菌が原因となる病気の総称。飛沫で感染する。

**症状:**高熱が出たり、のどの腫れ、嘔吐、頭痛などの症状が現れる。首のリンパ節の腫脹や筋肉痛、中耳炎を起こすことも。その後、全身に発疹が出て、舌に白い苔状のものがつく。3日くらいすると赤くブツブツしてくる(イチゴ舌)。なかには、発疹や舌のブツブツが出ず、のどが痛いだけの時もある。

**対応:**抗生物質で治療する。内服薬は飲み切ることが大切。

### 感染性胃腸炎

**原因:**ウイルス性の感染によるもの。冬はノロウイルス、ロタウイルスが代表的。主に経口、飛沫感染だがノロウイルスの場合は、食品から感染することも。

**症状:**激しい嘔吐の症状が突然現れ、下痢がそれに続き、発熱もある。ロタウイルス感染の場合は、便が白っぽくなることも。

**対応:**激しい下痢が続くので、イオン飲料や湯冷ましなどで十分に水分補給をし、脱水症状にならないようにする。症状は2～3日から1週間で治まる。