

ほけんだより

令和4年 第2号7月発行
宜野湾保育所 看護師作成

夏の感染症が流行することなく、子供たちは元気に過ごしてくれています。元気に登園できるようにお家でいろいろと工夫していただきありがとうございます。

夏の4大感染症

手足口病



手のひら、足の裏、口の中に米粒ぐらいの発疹ができます。38℃前後の発熱を伴うこともあります。発疹は1週間程で消えますが口内の水泡はつぶれやすく、痛みで食欲がなくなったりします。食欲がない場合は水分を多めに補給しましょう。接触・経口で感染し感染力が強いため手洗い・うがいを徹底しましょう。

ヘルパンギーナ



突然発熱して39℃以上の熱が1~3日続く。喉が赤く腫れて発疹ができ、痛みを伴う。頭痛・腹痛・嘔吐を伴うことも。食欲がなくなり脱水症状となることも。刺激の少ない食べ物、飲み物を与えましょう。飛沫・接触・経口で感染するため手洗い・うがいを徹底しましょう。

RSウイルス

5日の潜伏期間のあとに発熱、鼻水、咳などが続き、通常1~2週間で良くなります。6ヶ月未満の乳児では最初から呼吸困難など重い症状が出ることもあります。感染力が強く、飛沫・接触感染するため、周りの大人も手洗い・うがいを行うことで感染を防ぎます。未熟児だった子供は重症化しやすいため、シナジスという特別な予防接種をします。ゴホンゴホンと痰が絡む咳に注意してください。通常の風邪と区別がつきにくいため病院で診断を受けてください。

咽頭結膜炎(プール熱)



プールで感染することもあり、高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。風邪予防と同じで手洗い・うがい・食事・睡眠が大切です。目の充血や痒みは擦ったり水道水で洗ったりせず、目薬で治療します。

水遊び前のチェック

天気の良い日は、涼をとるための水遊びもあります。事前の健康チェックをお願い

- 発熱はしていませんか？
- 夜はしっかり眠れましたか？
- 朝ご飯はしっかり食べましたか？
- 目やにや充血はありませんか？
- 下痢や腹痛はありませんか？
- 咳、鼻水はありませんか？
- 皮膚に発疹などはありませんか？
- 爪は短く切っていますか？

