ほけんだより

平成２３年７月１日
あゆみ保育園
園長　　江郷　茂男

本格的な暑い夏がやってきました。今年は節電しなければならないこともあり、エアコンの使用も考慮が必要ですね。夏を上手く乗り切るには昔ながらの知恵が必要かもしれません。毎日、子どもたちはプールを元気いっぱい、とっても楽しんでいます！でも、夏に流行する感染症も心配な季節です。体調管理に気を配り夏を乗り切っていけるよう頑張りましょう！

＜６月の感染症＞

流行性角結膜炎　乳児クラス１名
伝染性紅斑　　幼児クラス１名

７月の身体測定

１２日（火）幼児クラス
１４日（木）乳児クラス

＜熱中症！注意が必要です！＞

昨年に続き今年も暑くなりそうです。今年は節電対策も必要ですが、頑張りすぎて熱中症になっては困ります。無理せずに休息を取って水分補給を常に心がけましょう。

～原因と症状～

体温調節機能が未発達な乳幼児は熱中症を起こしやすくなります。熱中症は汗がかけなくなることで体温調節ができなくなり、体に熱がこもるために起こります。筋肉けいれんや肉離れなどを起こす「熱けいれん」、頭痛やめまい、吐き気などを起こす「熱疲労」、ぐったりして意識がなくなる「熱射病」などの症状があります。

～治療～

ぐったりして意識がない場合は、すぐに救急車を呼びます。応急処置として体を冷やすために、水をかけたり、水風呂に入れたりします。症状が軽い場合には風通しのよい場所に寝かせ、衣服を緩めて、首の後ろを冷やします。そしてイオン飲料などの塩分の含まれている水分を補給します。

～ケアと注意点～

・暑い季節は、まず帽子をかぶり、こまめな水分補給をします。
・子供は遊びに熱中してしまうと、水分をとることを忘れてしまうことがありますので、大人が十分に気をつけてあげましょう。

＜お知らせ＞

夏になり、蚊が多くなってきました。保育園では、蚊取り線香を使用して対策を取っていますが、蚊に刺されやすかったり、腫れやすいお子様は、お家から「虫よけリング」や「虫よけシール」をつけて登園されても差し支えありません。（リングには紛失しないように記名をお願いします。）上記のものを使用希望の方は、担任又は看護師までお知らせ下さい。
「虫よけスプレー」は乳幼児の健康を害する成分が入っているため、お預かりはしておりませんので、ご協力よろしくお願い致します。

＜気をつけよう！夏にはやる病気＞

流行性角結膜炎

原因：目とまぶたの裏側を覆っている結膜にアデノウイルスが感染して起きる炎症。ウイルス性の結膜炎の中でもっとも感染力が強く、タオルの共有や手指の接触によって感染する。最近は季節に関係なく発症する傾向がある。

症状：まぶたのはれや異物感、痛み、充血。目やにで目が開けられなくなったり、発熱や下痢を伴うこともある。

対応：完治まで２～３週間かかり、結膜炎の症状が消失してからの登園になります。医師の意見書が必要です。

ヘルパンギーナ

原因：コクサッキーウイルスＡ群などに飛沫感染することで発症。

症状：高熱、のどの痛みが特徴。のどに水ほうや潰瘍（かいよう）ができて痛みがひどく、乳児の場合はミルクが飲めなくなるほどに。

対応：熱やのどの痛みがあるうちは、安静に過ごすように。保護者の書いた登園届が必要です。

咽頭結膜熱（プール熱）

原因：アデノウイルスによる飛沫感染。目やにや便からうつることも。プールの水を介して感染することがあるので、「プール熱」と呼ばれる。

症状：39℃以上の発熱とのどの痛みがあり、目のかゆみ、痛み、充血、涙など、結膜炎のような症状が出るのが特徴。

対応：症状がなくなってから２日経過したら登園可能。意見書が必要です。自宅で安静に過ごしましょう。

手足口病

原因：コクサッキーウイルスやエンテロウイルスによる飛沫感染。

症状：手のひらや足の裏、口の中に小さな水ほうや赤い発しんができ、熱が出ることも。

対応：まれに髄膜炎などの合併症を起こすことがあるので、頭痛やおう吐を伴う発熱が３日以上続くときは、すぐに受診を。登園届が必要です。

とびひ

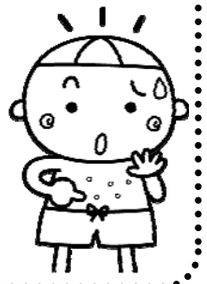
原因：虫刺されや湿しんをかきむしったあとに黄色ブドウ球菌が感染して起こる。症状がどんどん広がっていくことからこの名称で呼ばれる。皮膚が弱いとかかりやすい。

症状：皮膚に水ぶくれができ、破けて赤くむけたような状態になる。発熱することも。

対応：主な治療法は抗生物質の使用だが、衣服を清潔に保つこともたいせつ。患部をガーゼなどで覆って登園するように。また、患部がじくじくしているときは症状が悪化しやすいので、プールは避ける。

水いぼ

原因：ボックスウイルス群が原因。タオルやビート板の共有、体の接触などで感染する。

症状：粟粒大のいぼが胸や腹、わきの下などにできて広がる。

対応：完治まで半年から１年半程度かかる。自覚症状がなければ治療は不要。肌のバリア機能が低下しているときや、かゆくてかきこわしてしまうようなら、医師と相談のうえ、いぼを取ったり、薬による治療を行うことも。