



ほけんだより



年の瀬を迎え、何かと慌ただしい12月、生活リズムが崩れがちで、また、感染症もはやる時期です。こどもたちにとっては、クリスマスなどのお楽しみがいっぱいの月ですが、十分気を配っていきましょう。



令和元年.12.1 No2
児童発達支援事業所 ケ・セラ

「かぜ」と「インフルエンザ」 どう違う？

インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39~40℃	熱	37~38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	間接痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症、等	合併症	安静を守れば ひどくならない

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押

知っておこう

おう吐物の処理

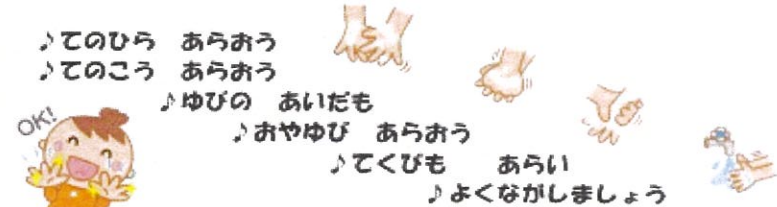
冬場に流行するウイルス性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスなどによって感染します。家庭でも二次感染予防のために、おう吐物の処理にご留意ください。

- 1 窓を開けて使い捨ての手袋とマスクを着け、使い捨ての布などでおう吐物を周辺からふき取る。
- 2 次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を薄めた消毒液で、おう吐物のあった部分を再度ふく。汚れた物はすべてポリ袋に入れ、それらは、消毒液をかけてから密封して捨てる。
- 3 おう吐物の付いた服は、85℃以上の熱湯に1分間つけてから洗濯する。
- 4 さらに乾燥機にかけたり、アイロンをかけたりすると、熱に弱いノロウイルスは死滅しやすい。



★手洗いの歌★

保育園では、子どもたちに分かりやすいように「きらきら星」の歌に合わせて、手洗いをを行っています。ぜひ、ご家庭でも試してみてください！



インフルエンザに感染した場合の登園停止期間は、「発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱した後 3 日を経過するまで」となっています。抗インフルエンザ薬の効果で熱が下がっても、インフルエンザの感染力はしばらくの間残っています。登園停止期間に従い、感染力が弱くなるまで登園を控えることで、蔓延が防止されます。ご協力をお願い致します。