

てらやほけんだより



色とりどりの落ち葉、どんぐり、松ぼっくりなど、子ども達も自然と触れ合う中で、秋の深まりを感じています。朝の冷え込みから、厚着で登園する子どもが増えてきましたが、まだ日中の活動時には意外と汗をかいて過ごしています。朝晩と日中の気温差が大きいので、気温に合わせて衣服を調整出来るよう、上着や着替えの調整をお願い致します。

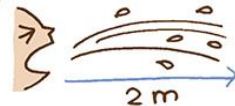
今月号では、感染の起こり方や寒くなってくると多くなる感染症についてお知らせ致します。

ウイルス、どうやってうつる？

風邪のウイルスは、感染している人のせきやくしゃみ、会話の際のしぶき（飛沫）と共に飛び散ります。また、唾液や鼻水の中にも多く存在しています。ウイルスを含むしぶきを吸い込んだり、ウイルスのついた手を介して目や鼻、口からウイルスが体内に入ったりすることで感染します。



1 ウイルスを含むしぶきを吸い込む



せきやくしゃみのしぶきは2mほど飛ぶので、近くの人が吸い込むと感染します。

2 ウイルスがついた手で目や鼻、口を触る



ウイルスが付着したものに手で触れると、ウイルスが手につきまます。ただし、手についただけでは感染しません。

ウイルスのついた手で、目や鼻、口を触るとウイルスが体内に侵入します。

感染!

手を洗ってウイルスを洗い流そう

ウイルスが手についても、洗い流せば感染のリスクが下がります。手を洗うときは、せっけんをしっかりと泡立てて、指の間、指先までしっかり洗い、流水でよく流しましょう。

だいじょうぶ？ 鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりを放っておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、ほかの病気の原因になることもあります。鼻水・鼻づまりが気になったら、早めに病院を受診しましょう。そして家庭では、鼻水が出たらふく、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう、繰り返し伝えていきましょう。



感染性胃腸炎

原因: ウイルス感染の場合が多いです。寒い冬の季節は、特にノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルス感染が多くなるようです。主に経口、飛沫感染ですが、一番多いとされる感染経路は、これらのウイルスに感染した人からの“吐物や便などの排泄物”からうつる二次感染のケースです。

症状: 突然吐くことで始まり、何度も繰り返すうち、少し遅れて下痢が始まります。熱がでたり、鼻水やせきなど風邪の様な症状が出ることもあります。吐き気は初めの2~3日くらいまでにおさまり、下痢も1週間くらいでよくなることが多いようです。ロタウイルスに感染の場合は、便が白っぽくなることもあります。

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します。症状は、約1週間で治まってきます。



せきがひどい

咳にはいろいろな原因があり、激しく咳こむ、ゼイゼイしている、鼻水・くしゃみを伴う等さまざまです。それぞれ症状に応じて、薬も違います。早期に病院受診し、適切な治療を受けましょう。



この他にも、溶連菌感染症やRSウイルス感染症等、感染症はたくさんあり、今回お知らせしたものは、代表的な感染症の一つです。保育園は集団生活の場です。お子様の体調を最優先に、早期にご連絡・受診をお願いすることがあります。その際には、ご協力をよろしくお願い致します。**お子様が十分に静養され、元気になって登園**していただけますように、体調管理を十分に気をつけて過ごしましょう。

