



12月のほけんだより



平成27年12月1日
富士見保育園
看護師

早いもので、今年も後1ヶ月となりましたね。11月は発熱・咳のためお休みするお友達が多くみられました。インフルエンザやノロウイルスなどの冬に多い感染症が流行る季節です。予防接種をしたからと安心せずに手洗いうがいをして、規則正しい生活をおくるようにこころがけ、感染症を予防していきましょう。

感染性胃腸炎が流行り始めています

都内でも感染性胃腸炎の患者数が増えてきています。感染性胃腸炎とは、ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状をおこす感染症です。発熱する場合があります。

下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらいましょう。嘔吐・下痢症状がある時には脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗いうがいをきちんと行って感染を防ぎましょう。



汚れた衣服は…

汚れを拭き取り、85℃で1分以上熱湯消毒するか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。他の物と分けて最後に洗濯しましょう



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことで安心です。

RSウイルス感染症

毎年、寒い時期に流行る呼吸器感染症です。症状は、いわゆる「かぜ」です。1歳までに50%、2歳までにほぼ100%の乳児が感染しますが、終生免疫はないため、その後も再感染を繰り返しますが、生後6ヶ月以下の乳児や持病のある子は、重症化して入院する場合もあるため特に注意が必要となります。

冬休みの注意点

お休みの間は生活リズムが乱れやすくなるので、早寝・早起きを意識してみましょう。生活リズムを規則正しくすることは、感染症を寄せ付けない丈夫な体作りにもなります。また、小さいお子様がいらっしゃるご家庭では、ヒーターなどの暖房機器での火傷に注意して楽しい冬休みを過ごしてください。

