

2月 ほけんだより

2020年2月1日発行
両国なかよし・保育園
看護師

厳しい寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。しかし、低温・低湿なこの時期はかぜウィルスが活発に活動します。風邪を寄せ付けない丈夫な体作り・環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

2月の保健行事

0歳児健診

2月6日(木) 10:00~

もも組さんは登園のご協力をお願いします。



1月の感染症

インフルエンザ A	5名
インフルエンザ B	21名
溶連菌	9名
ノロウィルス	1名
突発性発疹	1名

溶連菌感染症について

溶血性連鎖球菌と呼ばれる細菌が主に喉に感染し、喉や扁桃腺に炎症を起こす病気です。1年中かかることのある感染症ですが、流行時期は12~3月・7月~9月に多い傾向があります。

症状

代表的なものとしては発熱(38~39℃)と喉の痛みです。しかし3歳未満では熱が上がらない場合もあります。そして、体や手足に小さな赤い発疹がでたり、舌にイチゴのようなツブツブがでたりします。咳や鼻水が出ないというのもこの病気の特徴です。

治療

溶連菌に感染している疑いがあれば、綿棒で喉をこすって検査を行います。15分程度で結果がでます。

治療は抗生剤が有効であり、服用後1~2日程度で症状は改善します。しかし決められた期間薬を飲まないと合併症が出現するリスクがあります。

家庭で気をつけること

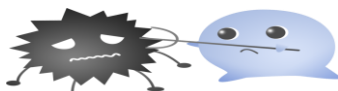
熱い・辛い・酸っぱい等の刺激物は避けてください。なるべく喉ごしがよく、消化のよい物を食べさせてあげてください。食べるのがつらいようであれば、水分だけでもしっかりと摂るようにしてください。



効果的なうがいの仕方

喉を潤わせることで、風邪にかかりにくくなるという報告があります。

ぶくぶくうがいを1回した後、喉の奥に水やうがい液が届くようにし、がらがらうがいを3回ほど繰り返しましょう。



やけどをしたら

やけどをしたら、とにかく流水で冷やすこと。患部に衣服がくっついてはがれない場合は無理にはがさず、くっついた部位を残して切り取り、清潔なシーツ等で覆って病院受診してください。

