



ほけんだより

2006年1月号
明照保育園



【子どもの健康状態】

年末年始で楽しい行事も多い中、お家の方が健康・安全管理を心がけて下さり、ゆったりのおんびりもできたのか、大きな病気・ケガのお休みはありませんでした。小中学校に兄弟のいる子の中には、一緒にお休みしてまだまだ冬休みを楽しんでいた子もあったようです。

しかし、油断は禁物！！インフルエンザは流行期に入っているようです。豊橋市内では1医療機関あたりの患者数が12月19～25日に7.2でした。(1医療機関あたりの患者数が10を超えると「注意報」、30を超えると「警報」となります。)まずは予防から・・・。

【インフルエンザについて】

- インフルエンザにかからないためには・・・

睡眠を十分にとり、暴飲・暴食をさけ、健康的な生活を心がけましょう。

帰宅後には「うがい」「手洗い」をしっかりとしましょう。

外出する時には、「マスク」を使用しましょう。

インフルエンザウイルスは湿気に弱いため、部屋が乾燥しすぎることがないように、「加湿」に努めましょう。



- 症状は・・・

- ・ 急激な発熱のため子どもは急にぐったりし、起きていらさなくなる子もいる。
- ・ 顔は紅潮し、見るからにつらそうで、頭痛や筋肉痛を訴えたりする。

(その一方で、高熱のわりに元気な子もいる)

★熱が“何度か”よりも、発熱が“どれくらい続いているか”に注意して下さい★

※乳幼児は重症化すると命に危険が及ぶこともあり、肺炎、気管支炎、熱性けいれんなどのほか、脳炎・脳症といった合併症を引き起こす場合があるので注意が必要です。(インフルエンザは、感染症の中では死亡者数が第1位です。)

- 治療方法は・・・

治療薬(タミフル)は、発病2日以内に服用を開始しないと効果は期待できないため、症状が現れていたらなるべく早く医療機関を受診することをおすすめします。

治療薬・塩酸アマンタジン(シンメトレル)は現在子どもにはあまり使われていない。

- ・ オセルタミビル(タミフル)

[効果] →1～2日で熱は下がり、インフルエンザの症状を軽くする。

→A型インフルエンザ、B型インフルエンザ両方に効果を示す。

- どう対応したらいいのか・・・

- ・ 1時間に5分程度、窓を開けて換気する。
- ・ 安静にし、消化のよいものを与える。脱水症状に気をつけ、こまめに水分を補給する。
- ・ 熱のがり初めなど悪寒を感じる時は暖める。熱が上がりがきってしまったら無理に厚着をさせない。
- ・ 首、わきなどの血管が浮き出ているところを冷やす。(氷のうをおでこに乗せる方法は、気持ちよくなるが体温を下げる効果はほとんどない。)一番いいのは、体全体をふいてあげること。

- インフルエンザにかかった子どもはいつから登園できるの？

学校保健法に基づき、解熱した後2日経過してから登園可能になります。

(医師から伝染の恐れがないと登園許可がおりてからです。)

【ぎょう虫卵検査について】

☆ 前検(1回目)・・・1/10(火)配布 → 1/11(水)～13(金)朝まで回収

☆ 前検(2回目)・・・1/17(火)配布 → 1/18(水)～20(金)朝まで回収

※ 配布した翌日から3日間回収を行っています。必ず提出して下さい。

※ 前検の1回目、2回目でぎょう虫卵が検出された子は、駆虫し後検を行います。

★蟯虫(ぎょうちゅう)って何？

ぎょう虫は、長さオス：2～5ミリ、メス8～13ミリで、盲腸のあたりにすみついている寄生虫です。夜のうちにメスがおしりの穴に、卵を産みつけます。

★ぎょう虫がいると・・・

- ・ おしりがかゆい
- ・ 腹痛
- ・ 体重が増えない
- ・ 眠れない(夜泣き)
- ・ 神経質になる



【おわりに】

2006年新しい年が明け、いよいよお遊戯会のシーズンですね！これからだんだん練習が始まります。子どもたちが意欲的に練習に取り組むためには、お家の方のご協力が必要です！！朝ごはんをしっかり食べて9時までに元気よく登園しましょう☆