

夏休みも終わり、毎朝多くの小中学生の元気な姿を見かけます。昨年の9月は「敬老の日」、「秋分の日」が連続し、シルバーウィークという夢の5連休がありました。今年の祝日は連休にはなりません、家族で過ごす時間もたくさんありますので、残り少ない夏を心置きなく楽しみましょう。

「百日咳」に注意です！

皆さん、「百日咳」は子どもだけに流行するものと思いませんか。定期接種の予防接種として「三種混合（DPT）」を接種するので、感染・流行するのは子どもなのかなと思いがちです。しかし最近、乳幼児期に接種したワクチンが成人する前に効果が切れ、大人を中心とした流行が見られます。大人は重症化するケースは少ないですが、風邪との判別がつかず、知らない間に周りに感染を広げてしまうことがあるので、「長引く咳」「夜間にひどくなる咳」が見られる場合は医療機関へ受診しましょう。

今回は、発生の動向が注意される「百日咳」についてお話しします。

どんな病気？

百日咳は、百日咳菌が原因となる急性の呼吸器感染症です。お母さんのお腹の中にいる間にもらった抗体が十分に働かないため、乳児期の早い時期から感染する可能性があります。

特に、百日咳（P）ワクチンが含まれるDPT三種混合ワクチン未接種の生後6か月以下の乳児が百日咳にかかった場合、呼吸困難、生命に危険が及ぶこともあるので、注意が必要です。



どんな症状？

潜伏期は1～2週間で、最初のかぜの症状に似ていて、熱もなく、咳、くしゃみ、たんも少ないです。

しかし、咳が始めて10日くらい過ぎると、だんだん夜の咳込みが激しくなります。次第に咳が激しくなり、「コンコン」とした咳が数十回連続して発作的に咳込むようになります。

連続した咳込みの最後に、深く息を吸い込むために「ヒュー」と笛を吹くような音がすることもあります。これが、百日咳特有の「レブリーゼ」といわれ、息を吸い込みときに顔が赤くなります。

咳は4～6週間続き、その後回復していきます。

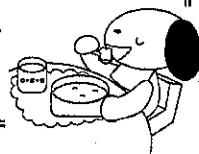


☆ホームケア☆

咳発作は、泣いたり興奮したり、食事、冷たい風や煙、乾燥、ほこりなどが気管を刺激したりして起きます。そこで、室内の湿度を高めにする、室内は禁煙、ほこりなどを立てないようにして、刺激となる原因を減らしましょう。加えて、定期的に換気をして室内の環境を整えましょう。

咳込んで吐いてしまうこともあるので、食事は少量ずつ、回数を多くし、消化に良いものを食べましょう。

また、こまめに水分補給しましょう。



☆登園の目安☆

学校保健法では「特有の咳が消えるまで出席停止」とされています。※病状により感染の恐れがないとお医者さんが認められた場合は上記の限りではありません。



作者のつぶやき...

地震や風水害に対する人々の意識を高めることを目的として、9月1日は「防災の日」と昭和35年に定められました。これは1923年9月1日に発生した「関東大震災」に由来しています。

皆さんの家庭で防災グッズを用意していますか。一度用意すると、定期的にチェックするのを忘れてしまいがちです。

特に、期限が限定される「医薬品」、水や乾パンなどの「非常食料」は定期的に点検することが大切です。

この機会に是非、家庭にある防災グッズを点検し、災害に備えましょう。

9月の健診日程のお知らせ

- 4か月児健診（受付 9:00～10:30）
7・14・21・28日
- 1歳6か月児健診（受付 12:50～14:00）
1・8・15・22・29日
- 3歳児健診（受付 12:50～14:00）
2・9・16・30日

場所 保健所・保健センター
（中野町字中原「ほいっぷ」内）
問合せ先 ☎39-9153

対象者には、ご自宅へ健診日の約1か月前に健診票が郵送されますので、その案内の日時に健診を受けてください。