



# すくすくだより

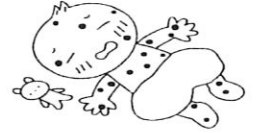


明照保育園

寒い日が続く、お布団から出るのが辛いですが、徐々に寒さが和らいてくる時期になってきます。春が一日一日近づいてくるのが楽しみですね。

冬は乾燥した空気が大好きなインフルエンザや風邪、ノロウイルスやロタウイルスによる感染性胃腸炎が流行します。そして、あまり知られていませんが、水ぼうそうも流行し始めています！今回は「水ぼうそう（水痘）」を大解説します。

## 水ぼうそう（水痘）、大解説♪



### 感染源

「水痘ウイルス」というウイルスが原因です。水ぼうそうに感染する場合として大きく3つあげられます。

- ① ウイルスの含まれたつばなどが口、のど、鼻から体に入った場合
- ② ウイルスの含まれた破れた水疱に触れた場合
- ③ 帯状疱疹にかかっている人の水疱に触れた場合



### 発生状況

季節的には毎年12～7月に多く、8～11月には減少します。かかりやすい年齢として、ほとんどが9歳以下といわれています。

### 豆知識！

水痘ウイルスは、「水ぼうそう」が治った後も何十年も体の中（特に神経）に留まっています。疲れや免疫力の低下などにより、体の抵抗力が落ちた時に「帯状疱疹」として再び病気を起すことがあります。

「帯状疱疹」とは、皮膚に帯状（肋骨などに沿って）に赤みと水疱ができ、皮膚にピリピリとした強い痛みを引き起こします。帯状疱疹は早急に治療しないと、神経を傷つけ一生痛みを残してしまう怖い病気です。

### 症状

ウイルスに感染し、体に症状が出るまでの期間（潜伏期）はおおよそ2～3週間といわれています。

最初の症状としては痒みを伴う発疹が全身に出ます。

最初は赤く虫にさされたような発疹（紅斑）から透明な水を含んだ水疱、そして膿をもった白っぽい水疱が乾いて黒いかさぶたになり、発疹はどんどん変化します。

発疹は頭や手足などの体のありとあらゆるところででき、特にたくさんできるのは胴体（体幹）です。数日にわたり新しい発疹が次々とできるため、様々な発疹が混在します。

また、だるさや38度前後の発熱が2～3日間続きますが、一度かかると免疫ができます。

大人は重症化しやすく合併症のリスクも高くなります。

ホームケアとして、発疹をかきむしって化膿してしまうこともあるので、つめは短くしましょう。

口の中にも発疹ができるため、刺激が少なく消化の良いものをとりましょう。

### 登園の目安



学校保健法では「発疹がすべて消え、かさぶたになるまで出席停止」と決められています。

※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。

### 予防方法

予防接種をすることで、水ぼうそうや帯状疱疹の予防、症状が軽くすむといわれています。

接種できるのは1才からで、任意の自費負担での接種になります。お医者さんと相談してください。

また、水ぼうそうの人と接触した場合は、3日以内にワクチン接種すれば発症を予防できたり、症状が軽くすむ効果も期待できます。



### 2月の健診のお知らせ

4か月児健診（受付 9:00～10:50）  
3・10・17・24日

1歳6か月児健診（受付 12:50～14:00）  
4・18・25日

3歳児健診（受付 12:50～14:00）  
5・12・19・26日

場所 母子保健センター  
（「ここにこ」の隣）

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

豊橋市役所 保育課 保健だより  
2009年2月1日