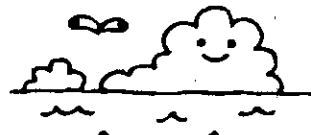




すくすくだより



まだまだ暑い日が続き、どうしても水分ばかり口にしてしまいがちになり、食欲が落ちやすいです。このような状態が続くと、体がだるく、疲れも取れにくくなり、完全な夏バテ状態になってしまいます。夏は花火大会、バーベキュー、川・プール遊びなど楽しい遊びがたくさんです。夏を満喫するために、生活リズムをしっかりと整え、良い思い出を作りましょう。

「はやり目(流行性角結膜炎)」 に気をつけて!



流行性角結膜炎は「はやり目」とも言われ、目が風邪をひいた状態です。感染力が強く、プールの時期は流行しやすいので、どのような病気かを解説します。

どんな病気?

風邪の原因となるウイルスの一種で、「アデノウイルス」の感染によって引き起こされる結膜炎です。感染力がとっても強く、プールの水、タオルの共有により感染が広がります。

症状としては、結膜が赤くなる『充血』、まぶたの裏側にブツブツができて『目やに』や『涙』が増えます。他にはかゆみ、しょぼしょぼした感じ、ゴロゴロした感じ、まぶしい感じなどがあらわれます。

ひどくなると、出血、耳の前のリンパ腺(耳前線)の腫れ、まぶたの急激な腫れ、白目がブヨブヨする『結膜浮腫』、熱が出ることもあります。

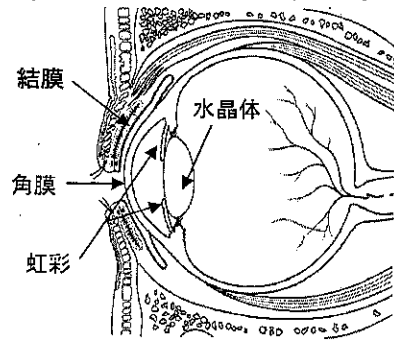
場合によって、結膜だけでなくしばしば角膜(黒目)にも炎症が広がり、角膜の表面が傷ついたり、淡い濁りができたりすることがあります。

特に、乳幼児の場合には、急激に炎症が悪化しやすいので、注意が必要です。

治療方法は、目の症状には「点眼薬」、その他の症状は対症療法がとられます。



目のしくみ



予防方法

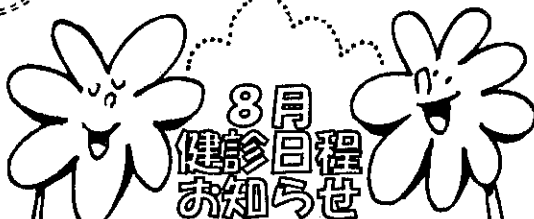
『目やに』、『涙』に含まれるウイルスが、手やタオルを介して感染が広がるので、これらの感染経路を断ち切ることです。

- ・手洗いをしましょう。
- ・タオルの共有を避けましょう。
- ・プールを控えましょう。
- ・症状がある場合、目やみ、涙を拭いたティッシュなどは、ビニール袋に封をして捨てましょう。
- ・症状がある人は、最後にお風呂に入りましょう。

感染力が非常に強いので、周囲に感染を広げないためにも、登園の目安は「医師が周囲への感染がなくなったと判断するまで」といわれています。

作者のつぶやき...

暦上では「秋」になりますが、秋はまだまだ遠い先になりそうですね。昔から日本の素敵な文化のひとつ、暑い時期に相手の健康を気遣ったり、お互いの近況報告を目的とする夏の挨拶状「暑中見舞い」「残暑見舞い」があります。メールが当たり前の時代になった今、時に手紙を頂くと自分が相手にとって大切にされているような気がして嬉しくなります。久しぶりに大切な人に手紙を書いてみてはいかがでしょうか。



4か月児健診 (受付 9:00~10:30)
3・10・17・24・31日

1歳6か月児健診 (受付 12:50~14:00)
4・11・18・25日

3歳児健診 (受付 12:50~14:00)
5・12・19・26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、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
2010年8月1日