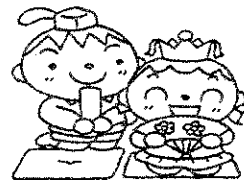


すくすくだより

2012年3月号

明照保育園



今年度も残すところあと1か月となりました。3月は一年のしめくりですね。一年を振り返り、お子さんのここところからの成長を改めて見つめてみましょう。驚くほど成長しているのではないのでしょうか。最後のひと月、元気に新年度を迎えられるよう大切に過ごしたいですね。

今回は、冬から春にかけて流行しやすいはしか（麻疹）についてです。はしかは、とても感染力の強い病気です。集団生活をしているお子さんのためにも早く気づき、対処できるようにしておきましょう。

はしかにならない！ はしかにさせない！

主な症状は？

潜伏期間は10日前後

↓
麻疹ウイルスが体の中に侵入すると、体の中でウイルスが増殖し始めますが、この間は無症状です。

熱・くしゃみ・咳・鼻水

↓
潜伏期の後、38℃台の発熱や咳、鼻水、めやに、体がだるいといった症状が始め、4～5日続きます。

熱は一旦下がり、再び高熱に

↓
頬の内側に白い斑点が現れると、熱は一時的に下がりますが、すぐに首や顔に赤い斑点が出始めるとともに、熱は再び上昇し39～40℃台の高熱になります。その後、赤い斑点は胸やお腹、背中、手足へと広がります。

強い咳がでる

↓
10日前後で回復



はしかにかかったら...

★栄養と水分補給はしっかりと

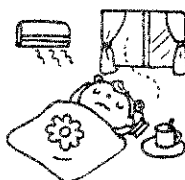
熱が高くなるので、脱水症状をおこしやすくなります。特に水分補給は欠かさないように気をつけましょう。

ただし、下痢の症状がある場合は、のみすぎにも注意が必要です。



★休みやすい環境を整えて

熱が高くなったり下がったりします。部屋の温湿度調整や換気に気を配りましょう。熱が高い時は、首の付け根や脇の下、足の付け根など動脈が通っている部分を冷やすと効果があります。



★熱が下がってから3日間は登園禁止！

回復するまでに、10日前後かかります。感染力が強いのは、熱が出る前から発疹が出そろうまでと言われています。



※発熱等の症状があるときは、早めに医療機関を受診しましょう

はしかの予防策は予防接種です！！

はしかにかからないようにするためには、予防接種を受けることが最も効果的です。

MRワクチン（麻疹風しん混合ワクチン）標準接種年齢

- MR1期・・・1歳～2歳未満
- MR2期・・・小学校就学前1年間（年長さん）

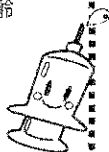
※豊橋市では標準接種年齢時に予防接種通知書を発送しています。

母子健康手帳で接種が済んでいるか一度確認しましょう。

★予防接種通知書を紛失した場合や、予防接種に関する問合せは下記までお願いします。

【問い合わせ先】

保健所・保健センター 健康政策課
☎39-9109



3月の健診日程のお知らせ

4か月児健診（受付 9:00～10:30）

毎週火曜日：6、13、27日

1歳6か月児健診（受付 12:50～14:00）

毎週水曜日：7、14、21、28日

3歳児健診（受付 12:50～14:00）

毎週木曜日：1、8、15、22、29日

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

対象者の方には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票を郵送します。
ご案内の日時に健診を受けてください。

