



# 7月のほけんだより

令和2年7月発行  
はごろも保育園

日に日に日ざしが強くなり、心弾む夏がやってきました。夏は、暑さのために食欲がなくなったり、体力を消耗したり、身体の調子を崩しやすい時期です。6月、園では、下痢が流行り、アデノウイルス感染症やクループ症候群に罹ったお子さんもいました。健康状態には十分注意して、夏を過ごしましょう。

## アデノウイルス感染症

感染すると、高熱が続き、喉の腫れや痛み（咽頭炎）が見られたり、目やにや目の充血（結膜炎）が見られます。よく見られる症状は、咽頭炎です。結膜炎も加われば、咽頭結膜熱（プール熱）といいます。プールで感染することが多いのですが、プールに入らなくても感染します。夏に流行しますが、冬にもみられます。“喉の痛みと頑固な発熱”が特徴です。アデノウイルスには、胃腸炎や肺炎、膀胱炎を起こすなど、50種類くらいのタイプがあります。

### \*主な症状

- ①発熱 : 38～40度くらいの熱が4～5日続きます。1週間以上続くこともあります。
- ②咽頭炎 : 咽頭～扁桃の腫れがひどく、真っ赤になります。喉の痛みも強く、食欲が落ちます。
- ③眼症状 : 結膜炎による目の炎症が見られます。目が痛くなったり、かゆくなったり目やにが見られるようになります。通常、片目から始まり両目に広がります。



### \*こんな時は、早目にもう一度、診察を受けましょう

- ①前の日と比べてどんどん悪くなってきたと感じるとき
- ②いくら元気があっても、38度以上の熱が3日以上続くとき

### \*登園のめやす

主要症状が消退した後2日を経過するまで登園停止になります。医師の指示に従い、許可を得てから登園しましょう。登園時、登園許可証明書（保護者記入）の提出をお願いします。

## クループ症候群

風邪とよく似た症状が現れますが、声帯の下が腫れ、喉頭が狭くなるため、呼吸困難を起こすこともあります。乳幼児は病状が急変しやすく、呼吸困難を起こすこともあるので、「ただの風邪かな」と思っても、早目に病院で診てもらって下さい。

- 症状・発熱や喉の痛み
- ・声のかすれ
- ・ケンケンという甲高く犬がほえるような咳
- ・息を吸うときにヒューヒューという音がする

早目に受診し、ご家庭では、部屋の湿度を上げ、やや頭を高くして寝かせましょう。咳き込む時は、体が少し前屈みになるようにして胸や背中をトントンと軽くたたくと、呼吸が楽になるようです。



夜間に咳がひどくなることがあるので注意！  
苦しそうなときは、夜中でも急いで受診して下さい。