



9月のほけんだより

令和2年9月発行
はごろも保育園

暑い夏をエネルギッシュに過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れがでて、体調を崩しやすい時期です。園では、8月は、RSウイルス感染症が流行っていました。睡眠と栄養、休養を十分とり、生活リズムを整えて残暑を乗りきりましょう。

RSウイルス感染症とは

RSウイルスは、急性の呼吸器疾患を起こすウイルスです。新生児と乳児では**細気管支炎**と**肺炎**を起こす最も重要なウイルスで、**年齢が低いほど重症化しやすい**傾向があります。風邪のような軽い症状も含めて多くの子どもが罹ります。また、乳幼児突然死症候群（SIDS）の原因の一つとも考えられており、注意が必要な感染症です。飛沫や接触で感染し、感染力が強く、一方では免疫が十分にできないため、繰り返し感染し、だんだんと抵抗力ができてきます。そのため、回数が増えるほど症状は軽くなり、2歳以上では「鼻かぜ」程度になることが多いようです。

<症状>

軽症の場合では、発熱、咳、鼻水などの風邪ですみますが、症状の重い場合では細気管支炎といって、肺の奥にある気道の抹消部に炎症を起こし、喘息のようにゼーゼーします。年長児は、それほどひどくなりませんが、夜になって咳が急に悪化する事があるので注意しましょう。呼吸困難をおこすと命にかかわることもあるので、以下のような様子が見られたら朝を待たず、急いで受診して下さい。



呼吸困難のサイン

- * ひどく咳き込んで唇や顔色が青い
- * 息をすると胸の上部や喉がぺこぺこへこむ
- * 肩を大きく上下させて息をしたり、呼吸にあわせて頭を前後に振るような動きがみられる
- * 呼吸が荒く、顔や手足が冷たい
- * 呼吸が速く、息をするとき鼻の穴が広がる

特に乳幼児や以下にあげる基礎疾患のある場合、重症になることがあるので、注意が必要です。

- * 妊娠 36 週未満の早産児
- * 神経・筋疾患
- * 慢性肺疾患
- * 免疫不全症候群
- * 先天性心疾患（軽症例を除く）

<潜伏期間>

潜伏期間は、3～5 日間で、他人へ感染させる期間は発症して 5～12 日前後ですが、1 ヶ月近く感染力がある場合があります。

<治療>

今のところRSウイルスに対する根本的な薬はなく、対症療法が主になります。早目に受診し、こじらせないようにしましょう。

<登園のめやす>

呼吸器の症状が消失し、全身状態が良好であることがめやすですが、医師の判断に従って下さい。登園の際は、園に備えてあります「登園許可証明書」に保護者が記入、捺印し提出して下さい。