



8月のほけんだより



令和5年8月発行
はごろも保育園

本格的な夏がやってきました。小さい子ども達にとっては、汗をかくだけでも体力を消耗します。そして、暑い日が続くと、食欲不振、睡眠不足などになりがちで、体調を崩しやすくなります。先月、本園で、RSウイルス感染症、アデノウイルス感染症、分園で、RSウイルス感染症、ヒトメタニューモウイルス感染症と診断されたお子さんがいました。休息と遊びのバランスをとり、いつもの生活リズムを保つよう心がけましょう。

<RSウイルス感染症の登園のめやす>「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」に保護者が記入し提出して下さい。

2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38～39℃
の高熱



ゼイゼイとい
う呼吸音

激しいせき

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくり飲ませる



RSウイルス感染症

RSウイルス感染症にかかると、激しいせきが出て呼吸が苦しくなります。年長児は、それほどひどくなりませんが、夜になってせきが急に悪化することがあるので注意しましょう。呼吸困難を起こすと命にかかわることもあるので、下のような様子が見られたら朝を待たず、急いで受診してください。

呼吸困難のサイン

- ひどくせき込んで唇や顔色が青い
- 息をすると胸の上部がへこめる
- 肩を大きく上下させて息をする
- 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



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。