ほけんだより　増刊号

11 月吉日

石山くじら小規模保育園

知っておきたい冬の感染症

インフルエンザ

[症状と経過]

突然高い熱が出て、数日続きます。食欲がなくなり、関節痛などが出る事もあります。症状が現れたら病院を受診しましょう。通常、1 週間ほどで回復します。

[登園について]

発症した日を 0 日として 5 日間経過してから、かつ熱が下がってから 3 日間経過してから。保護者の方に記入していただく登園届が必要です。

新型コロナウイルス感染症

[症状と経過]

無症状のまま経過する事もありますが、発熱や喉の痛み、倦怠感といった症状が現れます。症状が現れた際には受診しましょう。発症の 2 日前から発症後 7～10 日間はウイルスを排出しているといわれています。

[登園について]

発症した日を 0 日として 5 日間経過してから、かつ症状が軽快した後 1 日を経過してから。保護者の方に記入していただく登園届が必要です。

RS ウイルス感染症

[症状と経過]

発熱や鼻水、咳など風邪に似た症状が現れます。乳児が感染すると重症化しやすく、息を吐くときにゼーゼー・ヒューヒューする、唇や顔色が青白くなることがあります。このような症状が見られたらすぐに受診してください。脱水気味になると痰が粘つき吐き出すのが困難になる為、水分補給はこまめに行いましょう。

[登園について]

呼吸器症状が消失し、全身状態が良いこと。保護者の方に記入していただく登園届が必要です。

感染性胃腸炎

[症状と経過]

激しいおう吐と下痢が起こります。症状が現れたら受診しましょう。ほとんどの場合は 1～3 日で回復しますが、脱水症をおこす事もある為、尿量が減っていたり口内が乾燥したりしていれば病院を受診しましょう。

回復後もウイルスは便中に 3 週間以上排出されるため、排便後やおむつ交換の後は丁寧に手洗いを行いましょう。

[登園について]

嘔吐・下痢などの症状が治まり、普段の食事が摂れること。保護者の方に記入していただく登園届が必要です。

溶連菌感染症

[症状と経過]

高熱や喉の痛み、舌に赤いぶつぶつができ「いちご舌」と呼ばれるのもができます。胸や手足に発疹が現れ強い痒みを伴います。症状が現れた際は受診しましょう。発疹を掻きむしると悪化するため、爪は短く切っておきましょう。

[登園について]

抗菌薬内服後 24 時間～48 時間が経過していること。保護者の方に記入していただく登園届が必要です。

マイコプラズマ肺炎

[症状と経過]

咳や頭痛、発熱など風邪と似た症状が現れます。乾いた咳はだんだん激しくなり 1 か月程しつこく続くのが特徴です。特に早朝や就寝前にひどくなる傾向があります。風邪だと思っていた症状が 1 週間以上続く場合は受診しましょう。

[登園について]

発熱や激しい咳が治まっていること。保護者の方に記入していただく登園届が必要です。

熱のある時

・熱の上がり始めは寒さを感じるため、手足が冷たい時は布団を 1 枚増やすなどして温めてあげましょう。

熱が上がりきると暑くなるため、1 枚服を脱がせたり汗を拭いたりしてあげましょう。

・室温は大人にとって快適な温度で問題ありませんが、お子様の様子に合わせてエアコンの温度を調節しましょう。

・発熱時は水分が失われやすいため、ミルクやお茶・白湯・経口補水液などを少量ずつこまめに与えましょう。

・お風呂は高熱のある時やぐったりしている場合は控えましょう。

嘔吐のある時

・嘔吐した後、口の中におう吐物が残っていると臭いで吐き気が誘発されるため、濡らしたガーゼで口の中を拭き取ったりうがいを促したりましょう。

・嘔吐の症状が強い初期はおう吐後 30 分間は何も飲まずに過ごし、30 分後 5 分毎にティースプーン 1 杯分程度からゆっくりと飲んでいきましょう。

・嘔吐物で汚れた服などは 100 倍に薄めた塩素系漂白剤に 10 分ほど浸して消毒する、又は 85 度以上の熱湯に 1 分間つけ他の物とは別に洗濯しましょう。

下痢のある時

・下痢便は刺激が強いので皮膚の保護のため、優しく拭いてあげましょう。また、こまめに洗うことで皮膚を清潔に保てます。オムツを履く場合は、水滴をしっかりと拭き取って乾燥させてから履かせてあげましょう。

・下痢の時は水分が失われやすいため、ミルクやお茶・白湯・経口補水液などを少量ずつこまめに与えましょう。