



ほけんだより



平成 30 年 2 月 1 日
社会福祉法人からしだね
足立区立青井保育園

看護師

2月のことを“如月”と呼びます。まだ寒さが残っているため、衣(きぬ)を更に着るから“衣更着(きさらぎ)”という説があるそうです。暦のうえでは立春を迎えるとはいえ、まだまだ寒く、冷え込みの厳しい時季です。手洗い・うがい、上手は重ね着をしてカゼなどをひかないように、元気に冬を乗り切りましょう。



冬の感染症に注意が必要な季節です!!

カゼやインフルエンザ、胃腸炎 と冬の感染症に注意が必要な季節です。

昨年 12 月には、嘔吐・下痢などの胃腸症状で登園許可証を提出して頂いたのは乳児クラスを中心に 12 名でした。

1 月は、嘔吐・下痢などの胃腸症状で 4 名、登園許可証を提出して頂きました。

インフルエンザに罹った子どもたちは 23 名、現在インフルエンザ B で欠席は 8 名です。

足立区では *胃腸炎の症状；短期間で複数名の欠席があった場合

ノロウィルスや大腸菌など、1 人でも診断がついた場合

*インフルエンザ；1 名でも欠席があった場合

感染症報告をすることになっています。

また発症人数や状況によっては、保健所の衛生指導や現地調査の対象にもなります。

(足立区ホームページで発生状況を見ることができます。)

1 月の感染症報告は、インフルエンザのみで、胃腸炎の症状はありませんでした。

登園時、毎朝の忙しい時間に“手洗い・うがい”のご協力頂きありがとうございます。

子どもたちにも習慣化され、感染拡大防止につながる大きな要因になっていると思います。

青井保育園では、厚生労働省や足立区の指針に沿って

ご自宅での経過観察 や 早目早目の受診など、お願いすることがあります。

「これくらいで…」 「元気そうなのに…」と思われることがあるかもしれませんが感染拡大防止のため、また子どもたちが病気に罹って苦しい思いをしないですむための措置となっていますので、今後ともご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

★報道でもあるように猛威をふるっているインフルエンザ !!

抗ウィルス剤が効かず、熱などの症状が長引いているケースもあるようです。

カゼやインフルエンザ、胃腸炎と冬の感染症には …



* 予防のためにできること …

家族みんなで協力して、カゼのウィルスを持ち込まないようにしましょう。

- 手洗い 流水とせっけんで、こまめに、丁寧に、洗いましょう。
- うがい 歯みがきで口の中をきれいにするのも効果的です。
- 人ごみを避ける 出かける時間帯や曜日を工夫してみましょう。

* 生活の中で気をつけること … 生活リズムや温度差に気をつけて!!

- 夜更かし 夜更かしが続くと疲れがたまって、免疫力が低下します。
- 湯ざめ お風呂上がりは髪をしっかりと乾かして、暖かい服装で過ごしましょう。
- 衣服の調節 汗をかいていたらすぐに着替えをしましょう。

* 気をつけたい症状 … 様子をよく観察し、ひどく悪い状態になる前に病院へ

- 呼吸が早い 顔色が悪く、苦しそうなとき、くちびるが紫色の時はすぐ病院へ
- 熱が高い ぐったりして苦しそうなときはなるべく早く病院へ
- 嘔吐・下痢が続く 水分がじゅうぶんにとれていない場合は、早目に病院へ

アタマジラミ症は、1月31日で終息しました!

アタマジラミ症 を知らない人(大人)が増えて発見や対応が遅れたり、また直接生死にかかわることがないため発見や対応が中途半端になってしまうことも、感染拡大の一因と言われています。感染すると、痒みを生じます。また髪にしっかりとつかまり、繁殖力が強く、寿命は1ヶ月と短いですが、卵をどんどん産み付けるため、なかなか駆除することができません。

頭をくっつけない だけではなく、**タオルの共有** や **帽子をかぶった** だけでも大人・子どもに関係なく感染の可能性があります。

気になる症状がある時は、早目に **皮膚科** を受診し、家族全員で、治療(駆除)に臨みましょう。

まずは * 清潔・不潔に関係なく、世界中の誰でも感染する可能性があること

* 正しい対応(処置)で、治療(駆除)ができること

* ヒトの頭髮部分にだけ寄生、吸血する「ヒトジラミ」の一種で、
頭髮から離れ吸血しないと約3日間しか生存できないこと

など、正しい知識と対処(駆除方法)を知っておきましょう。

