

ほけんだより 8月

太陽の子保育園平成26年8月

海や山へ家族で出かける機会が多くなる季節です。暑さのために体力がなくなったり、体がだるくなったり調子を崩しやすい時です。冷房のかけすぎによる寝冷えなどしないように注意しましょう。また、外出時は帽子をかぶる、お茶を用意するなどして、子どもにあったスケジュールで楽しい夏をおくりましょう。

第二種の伝染病

おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)

潜伏期間…14日～24日

感染経路…飛沫感染で、春から夏にかけての発生が多いです。

登園基準…はれがひくまでは、ほかの子どもにうつります。約1週間くらいで落ちつきますが、医師の指示に従いましょう。

主な症状

耳の下(耳下腺)がはれ、痛くなります。左右ともはれますが、片方だけの場合もあり、1週間前後でひきます。熱が出ることもありますが、3～4日で落ちつきます。

咽では、痛みを訴える子どもがいたり、癢いの症状が見られたら、保護者に知らせ、医師の診断を受けましょう。

合併症として、髄膜炎が心配されます。

※髄膜炎…脳や脊髄をおおっている髄膜に、細菌やウイルスが感染して炎症を起こしていることです。



家庭では (おたふくかぜについて)

- 痛みが強いときは、かまずに飲み込めるものをあげましょう。
- 高熱があるときや痛みが強いとき以外は、お風呂に入ってもだいじょうぶでしょう。



夏かぜ・ヘルパンギーナ

夏に流行する夏かぜの一種で、のどの奥に水疱ができ高熱が出ます。水疱がつぶれると痛みがあり、食欲がなくなり機嫌になります。汗と高熱で脱水症状を起こしやすいので、水分補給を心がけましょう。高熱が出たら医師の診断を受けましょう。

0歳児健康診断

8月22日(金)
12時30分から



日焼けは体にいいの?

少し前まで“日焼けは肌に健康”と思われていましたが、実は太陽光線に含まれる紫外線は、免疫力の低下や眼への悪影響、皮膚の老化などを起こすとされています。しかし、戸外で思いきり遊ぶ経験は、子どもの成長には欠かすことができません。そこで、戸外で遊ぶ場合は、長袖を着たり帽

子をかぶるほか、日焼け止めを塗るなどの予防も必要です。乳児の場合は外気浴だけで十分です。

昼間の暑い時間、ベビーカーでの散歩は照り返しがきつく、大人より乳児の方がアスファルトに近いため危険です。この時間の散歩は気をつけましょう。



* * * * *

7月の感染症

流行性耳下腺炎

……4名

ヘルパンギーナ

……3名

はやり目

……1名



流行性角結膜炎とは

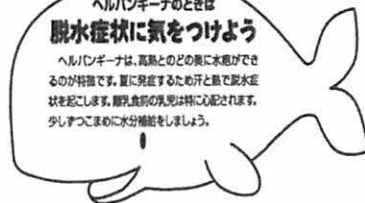
ウイルスによって起こるもので、通称「はやり目」と呼ばれています。潜伏期間は1週間で、感染力が強く、一気に広がります。夏のプールあそびで、水やタオルを介して感染します。

目の白目が赤く充血し、目やに、涙などの症状があります。症状に気がついたら医師の診断を受けましょう。家では、タオルなどは家族と別々に使うようにしましょう。



ヘルパンギーナのときは 脱水症状に気をつけよう

ヘルパンギーナは、高熱とのどの奥に水疱ができるのが特徴です。夏に発症するため汗と熱で脱水症状を起こします。脱水症状の乳児は特に心配されます。少しずつまめに水分補給をしましょう。



とびひ

とびひは虫さされやすり傷に菌が入り、感染する皮膚病です。菌をもった水疱ができ、つぶれてジュクジュクになり、その部分を触った手で体のほかの部分をかくと、次々広がっていきます。また、接触するとほかの人にもうつります。