

ほげんだより12月

太陽の子保育園 2019年12月号



〜〜ノロウイルスについて〜〜

潜伏期間

12〜48時間

症状・特徴

流行性嘔吐下痢症の原因となる。

主な症状は嘔吐と下痢であり、脱水を合併することがある。

一般にウイルス性の感染症は、一度かかると、身体の中に抗体（免疫）が作られます。このため、再び同じウイルスが侵入してきても、感染を防ぐことができるのです。ところが、ノロウイルスの場合、遺伝子タイプの違うものが31種類もあるので、感染して抗体を持っていても、別の遺伝子型が流行すれば、また感染してしまう可能性がある。多くは1〜3日で治癒する。

感染経路

主な感染経路は、経口感染、飛沫感染及び接触感染である。汚物処理が不十分な場合、容易に集団感染を引き起こす。

感染者の便には、多くのウイルスが排出されている。また、嘔吐物の中にも多量のウイルスが含まれている。感染力が強く、乾燥してエアゾル化した嘔吐物より、空気感染（飛沫核感染）することもある。

流行状況

1年を通じ発生するが、特に秋から冬にかけて流行する。感染力が強く、100個のウイルスで感染が成立する場合もある。嘔吐物や糞便には1グラムあたり100万から10億個ものウイルスが含まれている。

予防・治療法

ワクチンの開発は行われているが、現在使用可能なものはない。経口感染、接触感染、空気感染（飛沫核感染）により感染するため、手洗いの励行等の一般的な予防法を実施すること、また、嘔吐物等に迅速にかつ適切に対応することが大切である。特異的な治療法はなく、下痢や腹痛、脱水に対して水分補給、補水等を行う。



木枯らしが身にしみる季節になり、朝晩の冷え込みも厳しくなってきました。そして、師走。なんとなく気忙しく、落ち着かない時期です。

大人の忙しさが中心になりがちだからこそ、こどもの生活リズムを意識していただければと思います。年末年始に旅行を計画しているご家庭は、ゆとりをもったプランでお願いしますね！



気を付けたい冬の事故

⚠️ 灯油の誤飲

これはダメ
無理やり吐かせる・水を飲ませる
吐かせると気管に入りやすく、少量でも肺炎を起こすかもしれません。水を飲ませると吐き気を催す可能性があり、さらに危険です。すぐに医療機関を受診してください。



⚠️ 湯たんぽで低温やけど

これはダメ
ほうっておく・冷却シートを貼る
熱さや痛みを感じにくいので、気づかぬうちに皮膚の深部までやけどが進行してしまうことも。赤みがあったり水ぶくれができていようなら、病院で診てもらいましょう。



暖を取るための道具が、思わぬ事故を招くかもしれません。手の届かないところに置く、柵をつけるなどの対策をしてあげてください。

かぜとインフルエンザ どう違う？

かぜ

- かぜの原因になるウイルスは、ライノウイルスやコロナウイルスの他にもたくさんあります。
- 微熱、鼻やのどの痛み、くしゃみ、鼻水、などが主な症状です。
- 症状をやわらげる薬はありますが、治療薬はありません。暖かくして、すいみんをたっぷりとりましょう。

インフルエンザ

- インフルエンザウイルスが原因です。
- 38℃以上の高熱、悪寒、のどの痛み、咳、鼻水のほか、関節痛や筋肉痛を伴うこともあります。
- 48時間以内に治療薬を使うと、発熱の期間が1〜2日短くなります。



なぜかぜを治す薬はないの？

「かぜ薬を飲んだら治った」と言うけれど、実はかぜのウイルスをやっつける薬は、世界中のどこにもありません。かぜ薬ができるのは鼻水やせきなどの症状を抑えて、からだがかぜを治す「自然治癒力」を助けることだけ。

なぜかぜを治す薬はないの？

インフルエンザの薬はインフルエンザウイルスをやっつけます。ところがかぜの原因になるウイルスは1つではなく数百種類もいます。この中からどのウイルスに感染したかをみつけるのは大変。種類が多すぎますからね。だから薬もありません。それに数日あたたかくしてゆっくり休むと、自然治癒力が治してくれます。

3つの大切な意味

- ① 快適 (気持ちよく過ごすため)
汚れがたまった部屋で過ごすより、きれいな部屋のほうが気持ちいいですね。
- ② 健康 (元気に過ごすため)
ホコリの中にはバイキンがいっぱい。そのままにしておくと病気になるかもしれません。
- ③ 耐久 (物を長く使うため)
汚れを取り除かないと使えなくなる物もあります。いつもきれいにしておけば、長持ちさせられます。



年末年始 急な病気であわてないために

病院がお休みの時に限って、熱が出る…。という声も聞かれます。年末年始のお子さまの急な発熱やケガに備えて、近くの救急病院の診療時間を確認しておきましょう。また帰省先や旅行先の救急病院の情報も把握しておく安心です。

小児救急でんわ相談も活用しましょう

「病院を受診したほうがいいかどうか…」と迷ったときの電話相談窓口があります。小児科医師や看護師がお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等をアドバイスしてくれます。

全国どこでも
#800
でつながります

1歳6ヵ月児健診
12月6日 (金)

対象：平成30年5月生

3歳児健診
12月27日 (金)

対象：平成28年11月生

会場：羽村市保健センター