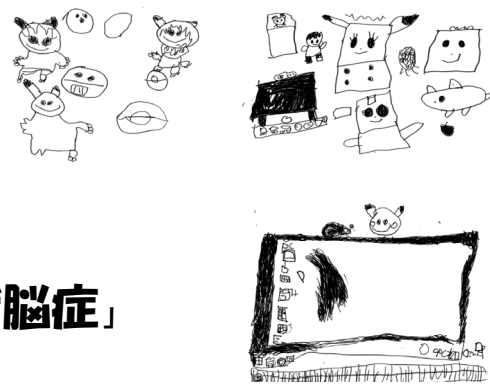


3月ほけんだより

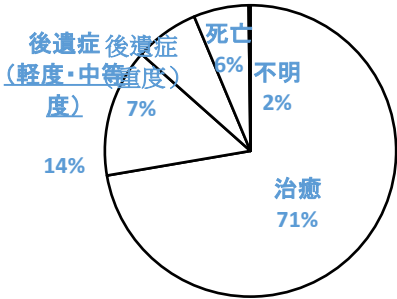
2023年
3月号



いつの間にか日が長くなり、その穏やかな日差しの中に春の訪れを感じるようになりました。いろいろな行事や活動を経験するなかで、子ども達は大きく成長し、たくさんの思い出づくりができたと思います。一人ひとりの子ども達が自信を持って入学・進級できるように体調管理に気を付けていきたいですね。

乳幼児に多い「インフルエンザ脳症」

発症した人の経過



患者の多くは乳幼児。
年間100人～300人が発症し、
6%が死亡

インフルエンザ脳症は

身体に入ってきたウイルスを攻撃する免疫が過剰に働くことで、脳に激しい炎症などが起き、腫れが生じる病気です。

こんな時に脳症を疑う！！

異常行動/言動

- ◆両親のことがわからない
- ◆自分の手を食べ物と思い込み、噛む
- ◆幻覚を訴える
- ◆急に起こったり泣いたりする
- ◆大声で歌いだす

意識障害

- ◆大きな声で名前を呼んだり、身体をゆすつたりしないと目を開けない

けいれん

治療法

- ◆抗ウイルス薬で発熱や症状の改善を目指す
- ◆ステロイやガンマグロブリンを投与して免疫の爆走を抑える
- ◆全身を冷やして平熱を維持する

**意識障害
迷わず119番**

脳症が疑わしい場合は、すぐに受診を



あたりまえを ありがとう に

こわって あたりまえ？

「あたりまえ」とは、そうあるべきこと（=当然）や、ありふれていること（=普通）という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。

3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?

抗アレルギー点眼薬をご使用の方へ

アレルギー性結膜炎による、くり返す目のかゆみで困っていませんか？

かゆみの発生をおさえるために、用法(回数・タイミング)通りに点眼しましょう。

かゆいとき に点眼するのではなく、かゆくならない状態 を保つことを目指します。

▶ 用法通りではない点眼

イメージ図

かゆい! かゆい! かゆい!

▶ 用法通りの点眼

イメージ図

1日2回点眼の場合

朝 昼 夕 就寝前

1日4回点眼の場合

アレルギー性結膜炎患者さんを対象としたアンケート調査において、用法通りに点眼しない患者さんでは、用法通りに点眼する患者さんに比べて、生活の質が低下していたことが報告されました。

※:「勉強・仕事・家事の支障」、「疲労」、「倦怠感」、「イライラ感」の程度を点数化し、合計したもので評価
深川和己 他:アレルギーの臨床, 39, 825 (2019)

目のかゆみの発生をおさえるためには、治療期間中は症状があってもなくても、用法通りの点眼を続けることが大切です。

監修 日本大学医学部視覚科学系眼科学分野 臨床教授 庄司 純 先生



題字と手書きのイラストは、らいおん組さんにかいてもらいました。

らいおん組さん
ありがとう!
(^o^)