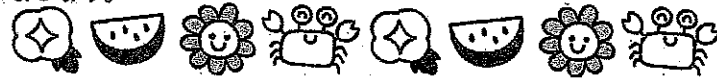


# ほけんだより No.2

法光院こども園 令和5年度7月27日発行

## 気をつけよう！夏の感染症

毎日暑い日が続きます。いつも元気な子ども達も「食欲がない」「体力が落ちてきている」というように少々バテ気味になっていませんか。夏の暑さはそれだけで体に負担をかけ、体調を崩しやすくします。感染症や病気について知り、夏を元気に乗りきりましょう。



### ヘルパンギーナ

**原因** コクサッキーウイルスA群などに飛沫感染することで発症。

**症状** 高熱、のどの痛みが特徴。のどに水ぼうや潰瘍（かいよう）ができて痛みがひどく、乳児の場合はミルクが飲めなくなるほどに。

**対応** のどの痛みは、熱が下がってからも続くことがある。熱やのどの痛みがあるうちは、安静に過ごすように。



### 流行性角結膜炎

**原因** 目とまぶたの裏側を覆っている結膜にアデノウイルスが感染して起きる炎症。ウイルス性の結膜炎の中でもっとも感染力が強く、プールの水だけでなく、タオルの共有や手指の接触によっても感染する。最近は季節に関係なく発症する傾向がある。

**症状** まぶたのはれや異物感、痛み、充血。目やにて目が開けられなくなったり、発熱や下痢を伴うことも。

**対応** 完治まで2～3週間かかり、発病から2週間は外出を控える。感染予防のため、こまめに手を洗い、タオルの共有は避ける。

### 咽頭結膜熱（プール熱）

**原因** アデノウイルスによる飛沫感染。目やにや便からうつることも。プールの水を介して感染することがあるので、「プール熱」と呼ばれる。

**症状** 39℃以上の発熱とのどの痛みがあり、目のかゆみ、痛み、充血、涙など、結膜炎のような症状が出るのが特徴。

**対応** 感染したら、症状がなくなってから2日経過するまでは外出を控え、自宅で安静に過ごすように。

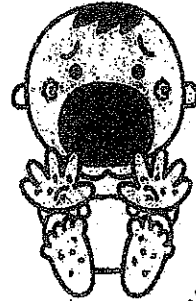


### 手足口病

**原因** コクサッキーウイルスやエンテロウイルスによる飛沫感染。

**症状** 手のひらや足の裏、口の中に小さな水ぼうやや赤い発しんがで、熱が出ることも。

**対応** 3～5日で治る。元気があれば来所できるが、まれに髄膜炎などの合併症を起こすことがあるので、頭痛やおう吐を伴う発熱が3日以上続くときは、すぐに受診を。



### とびひ

**原因** 虫刺されや湿しんをかきむしったあとに黄色ブドウ球菌が感染して起こる。症状がどんどん広がっていくことからこの名称で呼ばれる。皮膚が弱いとかかりやすい。

**症状** 皮膚に水ぶくれができ、破けて赤くむけたような状態になる。発熱することもある。

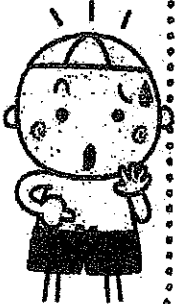
**対応** 主な治療法は抗生物質の使用だが、衣服を清潔に保つことも大切。患部をガーゼなどで覆って来所するように。また、患部がじくじくしているときは症状が悪化しやすいので、プールは避ける。シャワーを浴びる程度ならOK。

### 水いぼ

**原因** ポックスウイルス群が原因。タオルやビート板の共有、体の接触などで感染する。

**症状** 粟粒大のいぼが胸や腹、わきの下などにできて広がる。

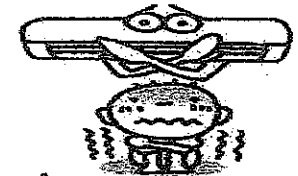
**対応** 完治まで半年から1年半程度かかる。自覚症状がなければ治療は不要。肌のバリア機能が低下しているときや、かゆくてかきこわしてしまうようなら、医師と相談の上、いぼを取ったり、薬による治療を行うことも。



## 子どものための“涼”づくり

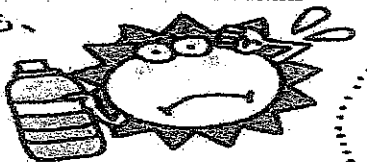
### 冷房の直撃は×

冷房の風が直接当たると、体が冷えすぎます。



### 水遊び中も水分補給を

涼しく見える水遊び中でも、熱中症の危険があります。こまめな休憩と水分補給を。



### 直射日光に注意

日当たりが良い場所でのお昼寝は、室内でもかなりの暑さに。時間経過による日ざしの向きにも注意。

子どもは大人よりも体温調節の能力が未熟です。暑い日は一層の気配りをお願いします。

### 紫外線対策

外出をする時は日焼け止めを塗る、帽子をかぶる、などの紫外線対策も忘れずに

