



2019/1/4 厚生館保育園



～あけましておめでとうございます～



今年は亥年ですね。亥年のイノシシの肉は万病に効くとされており、亥年は無病息災を象徴する年と言われています。12月は特に感染症の流行もなく、病欠でお休みになった子どもも少ない月でした。亥年の象徴のように、病気の流行のない年になったらいいなと願っています。今年も子どもたちの健康を共にサポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

### 12月の感染症

感染性胃腸炎：2名    溶連菌感染症：2名    インフルエンザA：1名

東京都福祉保健局から水痘（水ぼうそう）の流行の兆しがあるとの情報が寄せられました。特に荒川区2.75人、墨田区2.60人と報告数が高いようです。

水痘（水ぼうそう）は、ウイルスによる感染症で、空気感染、飛沫感染、接触感染の経路で感染していきます。最も有効な予防策はワクチン接種です。定期接種の対象となりますので、（1～3歳未満：2回接種）のお子さんの確実な接種をお願いします

### コンコン 咳から考えられる病気は？ ゴホゴホ

#### ・・・カゼ

咳の特徴は？最初は「コンコン」、長引くと「ゴホゴホ」

痰はなるべく出して、気管をきれいにしましょう。水分を摂ったり、部屋の中を加湿すると、痰が出やすくなります。

#### ・・・急性気管支炎

咳の特徴は？乾いた咳から湿った咳に変化。発熱を伴うことも

風邪が悪化して、のどの炎症が気管支におよぶケースが一般的です。呼吸が苦しそうなど症状が見られたら、早めに受診を。

#### ・・・クループ症候群

咳の特徴は？「ケンケン」と犬の鳴き声のような咳

声帯周辺が炎症で腫れている状態です。ヒューヒューという息を伴う場合、気道が狭くなり、かなり危険な状態かもしれません。早めに受診を。

### ・・・肺炎

咳の特徴は？長引く咳と熱。呼吸が苦しそう

入院を要することもあるので、咳や熱が長引くときは受診を。

### ・・・百日咳

咳の特徴は？長引く激しい咳。息を吸うときのヒューと音がする

ワクチンの接種率が向上したことで、患者数は減っていますが、まだ流行している地域もあります。

赤ちゃんにとっては怖い病気なので、注意が必要です。

#### 咳をしている時お家でできることは？

※部屋の中を加湿しましょう。

※上体を起こすと楽になる場合があります。

※咳き込んでいる時は、何回かに分けて少しずつ水分を取らせましょう

※タバコは吸わないようにしてください

#### 咳止めの薬を飲ませるときは？

咳止めの薬を飲ませるときは、できるだけお医者さんに相談をしてからにしましょう。

#### 1月の保健行事

7日（月）地域身体測定

8日（火）身体測定（2～5才児）

9日（水）身体測定（0,1才児）

11日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

18日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

21日（月）地域・0才児健診

25日（金）地域ベビーマッサージ・育児相談

#### 心配な インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症で特に気をつけたいのがインフルエンザ脳症。特に0、1、2歳児は発症しやすく、後遺症が残ったり、重症化すると命を落としたりすることもあります。万が一のような症状が見られたら、すぐに救急車を呼んでください。

#### こんな症状は脳症かも？

- インフルエンザを発症して1～2日後に突然高熱が出る
- けいれんが10分以上続く
- けいれんを繰り返す
- 呼びかけても反応しない、ぼーっとしている、目がうつろである
- すっと寝続けている

