



ほけんだより

文責 看護師 宮原博子
H28.10.5

かぜからくる 急性中耳炎に注意

かぜをひいた後、気をつけたいのが「急性中耳炎」。鼻水が耳管（鼻と耳をつなぐ管）を通して耳に流れ込み、炎症を起こします。子どもは耳管が短くて太いため、急性中耳炎になりやすいのです。



- 予防**
- 鼻水はこまめにとる
 - はなは強くかまない。片方ずつ、やさしくかむ

繰り返しやすい、**滲出性中耳炎**に移行しやすいので、きちんと治すことが大切

鼻水のケア

病院へ連れていくほどの症状は出ていないけれど、鼻水が止まらないという場合、病院で「安静にさせるように」と指導された場合に必要な『おうちケア方法』について紹介します。なんとかして早く楽にしてあげたいですね！ケアの方法を挙げます。

- ・ 外気の温度や湿度に対応させる
- ・ 鼻水吸引器を使う
- ・ こまめに拭き取る
- ・ くしゃみをさせる
- ・ 水分不足になりがちなので、多めに水分をとらせる

鼻の下がかぶれやすくなります。ワセリンなどで皮膚の保護をしましょう

市販の鼻吸引器もおすすめですよ☆



昨年の運動会シーズンは感染性胃腸炎にかかったお友だちがとっても多かったです。感染力の強いので、保育園で流行ると子ども同士、子どもから家族へうつることがよくあります。昨年、保育園で流行った時は、下痢や嘔吐の症状のある数名のお友だちから、あっという間ににじ組（ほとんどのお友だちが感染）→ひかり組（半分以上のお友だちが感染）→以上児のクラスへと感染が広がりました。また感染性胃腸炎は感染源となる原因ウイルスの数も多い事もあり2回以上感染するお友だちも多かったです。病院で「おなかのかぜ」と言われたことのあるお友だちも多いかと思いますが、「おなかのかぜ」は感染する感染性胃腸炎です。ご家庭でもしっかりうがい手洗いをおこなって予防を心がけていきましょう！

9月の感染症&内服状況

ひかり組	投薬回数 43 回
突発性発疹	1 名
手足口病	4 名
にじ組	投薬回数 43 回
感染性胃腸炎	1 名
そよかぜ組	投薬回数 21 回
感染性胃腸炎	1 名
以上児	投薬回数 46 回

1に手洗い！ 2にうがい！

