



ほけんだより

R8.7.31 看護師

今年は全国で気温が 40℃を超え、命にかかわる酷暑となっています。熱中症には十分に気を付けて、しっかり栄養・睡眠・休憩をとって、元気に過ごしましょう。



夏に子どもに多い病気（夏かぜ）

夏かぜは高温多湿の環境で活発になるウイルスが引き起こす感染症です。代表的な4つについて、主な症状を挙げてみました。気になる症状が見られたら、**ひどくなる前に病院へ行きましょう!!**

手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発しんや水ぼうがができ、熱が出ることも。3～7 日で自然に回復することが多いですが、まれに、無菌性髄膜炎や心筋炎などの合併症が起きます。



ヘルパンギーナ

体への発疹はほとんどありません。高熱を伴うこともある。のどの奥に水疱や潰瘍ができるため、かなり喉が痛んで食事や水分摂取が難しい事があります。（乳児はミルクが飲めないほど）。

アデノウイルス感染症（咽頭結膜熱）

高熱と目の痛みのほか、咳や目の痛み・かゆみ・充血など、結膜炎のような症状がでます。特にプールの水やタオルの共有を通じて感染が広がりやすいためプール熱ともよばれます。症状は1週間程度で改善することが多いです。



流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。感染力が強いため、症状が出ている間は登園を控える必要があります。

ご家庭でも こまめに石鹸
で手洗いをしましょう

※夏に感染症が増える理由

- ・高温・高湿度でウイルスや細菌が活発になりやすい
- ・皮膚のバリア機能が低下しやすい
- ・水遊び、タオルの共有、密集した室内など感染経路が増える
- ・生活リズムの乱れや食欲不振による免疫力低下



あせもについて

あせもの主な原因は大量の汗をかいたときに、汗の通り道（汗管）が詰まり、行き場を失った汗が皮膚の内側に溜まって炎症や水ぶくれを起こす事です。背中、肘の内側、首、手首のくびれなどに多く現れます。夏場はこまめに汗をふいて着替えたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保つようにしましょう



7月の感染症（7/1～7/31）

ひかり・・・手足口病 4 名 夏かぜ発疹症 1 名
発熱 1 名
にじ・・・手足口病 2 名 発熱 1 名
インフルエンザ A 1 名
そよかぜ・・・手足口病 1 名 風邪 1 名 発熱 1 名
アップル・・・溶連菌感染症 1 名 発熱 2 名
風邪 2 名 感染性胃腸炎 1 名