

ほけんだより 11月号



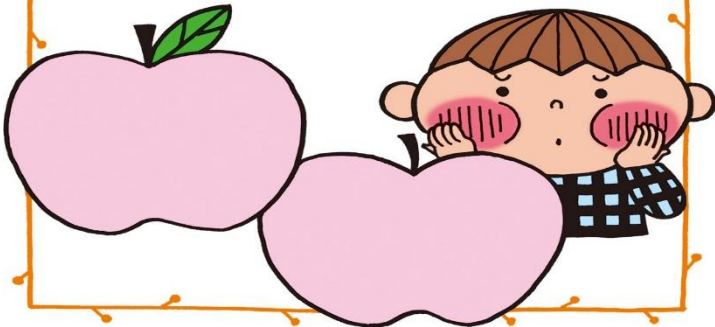
認定こども園大塚
看護師 島田

朝晩が肌寒くなり、気温の変化から体調不良になりやすく、風邪やインフルエンザ・胃腸炎等・感染症も流行してきます。寒さに負けないように、元気に遊んで、いっぱい食べて、ゆっくり休んで規則正しい生活を送りましょう。また、手洗い・うがいも続けましょう。11/5(火)は、検尿提出になってます。

10月の感染症情報

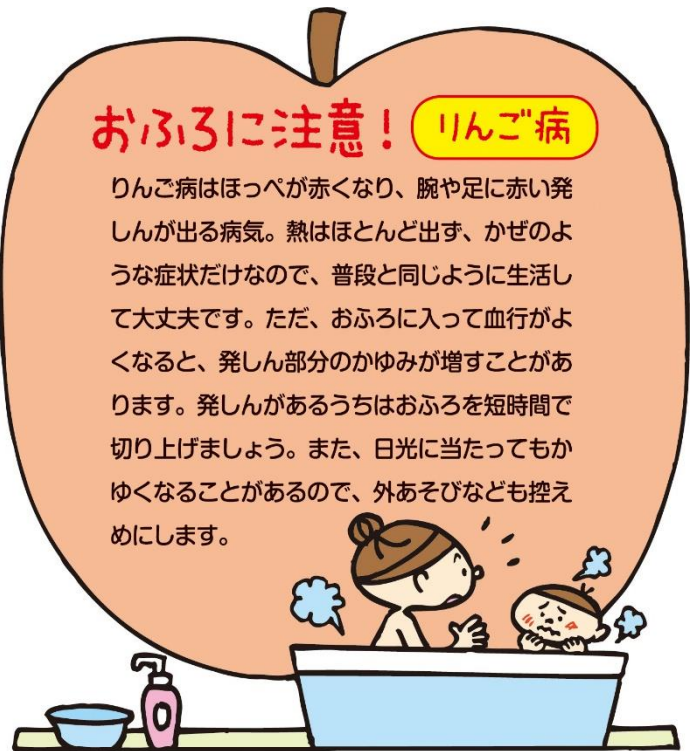
県内では、りんご病(伝染性紅斑)の報告が例年に比べて多くなっています。年齢別では、4~5歳が多く、大人もかかります。10~20日の潜伏期間の後、頬の発赤・手足の赤い斑点やまだら模様が出現します。重症化することは、まれですが、妊婦が感染すると胎児に影響を与えるので、接触しないように注意が必要です。

* 登園では、今のところ、感染症の発症はありません。



お風呂に注意! りんご病

りんご病はほっぺが赤くなり、腕や足に赤い発しんが出る病気。熱はほとんど出ず、かぜのような症状だけなので、普段と同じように生活して大丈夫です。ただ、お風呂に入って血がよくなると、発しん部分のかゆみが増すことがあります。発しんがあるうちはお風呂を短時間で切り上げましょう。また、日光に当たってもかゆくなることがあるので、外あそびなども控えめにします。



インフルエンザ対策

先月もお伝えしましたが、今年は例年より早くインフルエンザの発症が報告されています。咳や鼻汁・微熱などの症状がある時は、できるだけ外出を避けて、室内ですごしましょう。手洗い・うがいと早めの予防接種をお勧めします。



予防接種を受けよう!

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、近医に早めに相談し、12月までには接種を済ませておきましょう。

