



ほけんだより



2024年8月吉日



短い梅雨時期が明けると一気に気温が上昇しました。それと同時に外で遊べる時間が少なくなりました。7月に入りプール遊びが始まると元気いっぱい水遊びを楽しんでいます。暑い夏を頑張って乗り切りましょう。

子どもの熱中症について

子どもは、大人に比べて暑さに弱くなっています。

<理由>

- ①体温調節機能の発達が不十分で、特に汗をかく機能が発達しておらず、大人と比べて暑さを感じてから汗をかくまでに時間がかかり、体温を下げるのにも時間がかかってしまうため、体に熱がこもりやすく体温が上昇しやすくなります。
- ②全身に占める水分の割合が大人より高いため、外気温の影響を受けやすくなっています。
- ③乳幼児期は身長が低いいため、地面からの照り返しの影響を強く受けるため、大人の顔の高さで32°Cの時、子どもの顔の高さでは35°C程度になります。

<症状・対応>

*軽度・中等度 ①元気がない ②活気がなくなっている ③熱がでる（出ない時もある）

⇒わきの下や首などの太い血管（動脈）があるところを氷で冷やす、冷たい濡れタオルで身体を拭く

風を送る、涼しい場所に寝かせる、イオン飲料などによる補水（意識に問題なく安全に飲める時） など

*重症：声をかけても反応しない、応答がおかしい、ぐったりしている ②けいれん

⇒救急車を呼びましょう



～様々な病気に気をつけましょう～

*は、医師意見書が必要です。

病名	感染経路など	潜伏期間	症状
*はやり目 (アデノウイルス)	・接触感染及び飛沫(咳やくしゃみなどで菌が飛び散る)によって感染し、★感染力が強い。	2 ～14日	・充血・目やに ・眼に膜が張る(主に幼児)
*プール熱 (アデノウイルス)	・接触感染及び飛沫(咳やくしゃみなどで菌が飛び散る)によって感染し、★感染力が強い。	2 ～14日	・高熱、へんとう腺炎、結膜炎 ★はやり目、プール熱：「アデノウイルス」と診断された場合も医師意見書が必要です。
ヘルパン ギーナ (コクサッキーウイルス)	・飛沫(咳やくしゃみなどで、菌が飛び散る)、接触感染、経口感染する。	3～6日	・高熱(数日続く)。熱性けいれんを合併することがある ・のどが赤くなり、水ぶくれとなり、潰瘍になる。
手足口病 (コクサッキーウイルス、エンテロウイルスなど複数)	・飛沫、接触感染、経口感染 ★症状が出た最初の週の感染力が最も強い。回復後も鼻水などから1～2週間、便からは数週～数か月ウイルスが排出される	3～6日	・主に、口の中、手足の末端に水ぶくれ様の発疹がでる。 また、発熱、のどの痛みを伴う水ぶくれが口の中にでき、よだれが増え、手足の末端、おしりなどに水ぶくれが生じる。爪がはがれることもある。
マイコ プラズマ 肺炎	・飛沫感染 ・家庭内感染や再感染も多くみられる。	2～10週	・咳、発熱、頭痛等の症状がゆっくりと進行し、咳は徐々に激しくなり数週間に及び中耳炎、発疹などを伴うこともあり重症化することもある。
とびひ(黄色ブドウ球菌など)	・虫刺されや湿疹をかきむしり、菌が感染し、広がっていく	2～10日	・水ぶくれやびらん、かさぶたがみられる。 ★完治するまでプールは入れません。 ★患部は絆創膏、ガーゼなどで覆い、ポーチに替えの絆創膏等を入れてください

*感染症流行時は『ケータイ連絡くん』でメールを送信しています。ご確認をお願いします。