

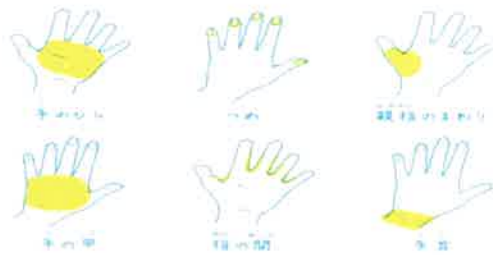
10月 ほげんだより

令和6年10月1日
不動前えほん保育園

秋風が心地よい中で気温が下がり、乾燥が気になる季節となりました。秋は下痢や嘔吐などの症状が現れる感染性胃腸炎が流行る傾向にあるため、日ごろからトイレ後にきちんと手洗いを行うことが大切となるでしょう。

10/15 は世界手洗いの日

汚れやばい菌(病気の原因となるウイルスや細菌)は、手のあちこちにつきます。手の中で溝やくぼみのあるところ、物によく触れる場所をしっかりと洗うことが大切です。手洗いで洗わなくてはいけないのは、次の6カ所です:手のひら、爪、親指の付け根、手の甲、指と指の間、手首。洗わなくてはいけないすべての部位を正しくしっかり洗うには、約20秒かかると言われています。



かぜからくるせきの病気

かぜは幼いほど重症化しやすいもの。かぜをひいた後、せきが続くことがあれば、のどの炎症が気管支や細気管支にまで進んでいるのかもしれない。



こんな症状

気管支炎

- 38℃以上の発熱
- 「ゴホゴホ」というたんが絡んだせき
- 日中も、睡眠時もせきが止まらない
- 2歳以下は、呼吸困難を起こすことも

細気管支炎

- 熱はあまりないが、出ても微熱程度
- 次第にせきとたんが増える
- 息をすると「ヒューヒュー」「ゼーゼー」という音がする

せきがひどいときは...

- 上体を起こすとたんが切れて、呼吸しやすくなります。
- 0、1、2歳の小さな子は、縦抱きで背中を軽くたたいてあげましょう。
- 部屋の加湿と水分補給を。湿度は50～60%くらいが目安です。



インフルエンザ予防接種について

インフルエンザの予防接種は10月中旬頃より各医療機関にて開始されます。

感染を100%防ぐことはできませんが、罹患時に軽症で済むと言われています。接種を受けてから抗体ができるまでには、約2週間かかります。

インフルエンザは、毎年12月下旬から増えてきます。10-12月中旬までに予防接種を済ましておけば安心かと思えます。

※お願い

予防接種の副反応を考慮して、できるだけ降園後に接種し自宅で様子を見て頂くようご協力お願いいたします。

また、予防接種をされましたら、コドモンで可能ですのでお知らせお願い致します。