

ほけんだより

平成27年11月13日
長崎大学教育学部附属幼稚園
養護教諭 森山千穂

先週は、11月とは思えないような温かい日がありましたが、これから少しずつ気温も下がってくるようです。急な気温差で体調を崩したり、色々な感染症が流行ったりしてきますので、手洗い・うがいの励行としっかりと休養をとるようにし、予防していきましょう。



先週末から今週にかけて感染症が出始めました。

学校保健安全法で規定された学校において予防すべき感染症に罹患した場合は、感染を拡大させないために「出席停止」という措置がとられます。受診されて、診断がおりた場合は、園までお知らせください。

「アデノウイルス感染症と感染性胃腸炎について」

アデノウイルス感染症(咽頭結膜熱)

夏に流行る感染症ですが、この時期に出ることもあるようです。

39度を超えるような高熱が4~5日続き、喉の痛みや頭痛、だるさを訴えます。目が真っ赤に充血し、目やにが出ます。

しかし、充血や目やにの症状が出ない場合もあるようです。

高熱が続き、症状が長引くようであれば、再受診をお願いします。



※ 裏面に詳しく載せていますので、御覧ください。

感染性胃腸炎(嘔吐下痢症)

ロタウイルス、ノロウイルスなどに感染することで起きます。感染力が強く、特に冬季に学校や幼稚園、保育園などでの集団感染が増える疾患です。



- 突然の嘔吐から始まり、下痢、発熱もあります。
- 脱水症状にならないように、水分補給に注意してください。
- アルコール消毒は効果がないので次亜塩素酸ナトリウムでの消毒が必要です。(下記参照)



◆消毒に使える次亜塩素酸ナトリウム希釈液の作り方(塩素濃度5%の場合)◆

※次亜塩素酸ナトリウムとは、市販の塩素系漂白剤に含まれている成分です。

消毒対象物	濃度(希釈倍率)	薄め方(希釈方法)
便や嘔吐物が付着した床など	0.1% (1,000ppm)	500mlのペットボトル1本の水に10ml (原液をペットボトルのキャップ2杯)
衣類やトイレやおもちゃなど	0.02% (200ppm)	2ℓのペットボトル1本の水に10ml (原液をペットボトルのキャップ2杯)

参考資料：東京都感染症情報センターHP、疾患別情報メニュー：感染性胃腸炎(ノロウイルスを中心に)



11月10日に「いい歯の集会」をしました。劇をとおして、歯にいいおやつや固い物も食べること、柔らかい物もしっかり噛んで食べることなどを子どもたちに伝えました。11月11日から17日まで「はみがきカレンダー」をつけてもらうように配布しております。おうちの方の仕上げみがきもよろしくお願ひします。
(裏面も御覧ください)

+

咽頭結膜熱についての お知らせ

咽頭結膜熱は、アデノウイルスが原因で起こる、子どもによくみられる感染症です。夏に流行しやすく、プールでの感染が多かったためプール熱ともよばれます。

咽頭結膜熱の症状



6月頃から夏をピークに流行します。塩素できちんと消毒されたプールではうつりません。

喉の痛みとだるさを訴え、急に39～40℃の高熱が出ます。目は赤く充血し、首のリンパ節が腫れます。子どもによっては関節痛や頭痛、腹痛や下痢を訴え、熱は4～5日続きます。治療までには、約1週間かかります。毎年、

どうやってうつるの？

咽頭結膜熱の感染は、「飛沫感染」あるいは「接触感染」です。ウイルスは、感染者の鼻水・目やに・便の中にあり、それらが鼻・喉・目に入ることによって感染します。感染力が強く、患者が触れた物に接触することで感染する場合があります。そのためプールでも、水を介した感染も大きな原因となっていますが、タオルの貸し借りをすることも大きな原因の一つとなっています。絶対タオルの貸し借りはしないようにしてください。また、潜伏期間は5～7日(2～14日)とされ、治療後も長く、尿・便にウイルスが排出されます。

咽頭結膜熱の予防について

手洗い・うがいは正しく行う。



ハンカチやタオルの貸し借りはしない。



プールの前後は、きちんとシャワーを浴びる。



家庭内でも感染伝播することの多い病気です。看護している人が感染したり、きょうだいが感染することもあります。便の中にウイルスが長期間排出されますので、おむつ替えの後などは特に念入りに手を洗ってください。

咽頭結膜熱にかかったら…

+

家庭での対応

39～40℃の高熱が出ます。発汗し、喉の痛みから水分を摂りにくくなりますが、十分に水分を与えるようにしてください。食事はのどごしのよい、冷たく甘いものがよいでしょう。治るまで、ご家庭で十分な期間、安静に療養させてください。

+

どんな治療をするの？

治療は主に、対症療法が中心です。解熱剤を使い、結膜炎があれば、二次感染を予防するために抗生剤の点眼を行います。

+

登校、登園について

学校保健安全法では、第二種の感染症に指定されている病気です。主な症状(発熱・目の充血・喉の痛みなど)がなくなっただけから、2日を経過するまで出席停止です。