



病児・病後児保育室 すこやかルーム

# すこやかだより

第3号

## 水分補給に気をつけよう！

そろそろ梅雨が明けて夏がやってきますね。暑い夏にまず気をつけなくてはいけないのは、熱中症です。暑さが続くと外で遊んでいても、部屋の中にも身体の水分が失われていきます。この時期にはのどが渇いたと思ったときには軽い脱水症状になっているといわれています。こまめな水分補給がとても大切です。

### 経口補水液には・・・

電解質と糖質がバランスよく入っているため、脱水時の水分補給に適している。お茶や水でも、まずは水分を取ることが大切ですが、少しでも脱水症状の兆候があるときは経口補水液をおすすめします。

## 夏に流行りやすい病気 一第1弾 手足口病編 一

### ・手足口病

**症状**：感染してから3～5日後に、口の中、手のひら、足底や足背などに2～3mmの水疱性発疹。発熱は稀にありますが、高熱が続くことは通常はありません。

**原因**：ウイルスの感染によって起こる感染症です。

**治療法**：手足口病に特効薬はなく、特別な治療方法はありません。基本的には対症療法メインになります。口内炎により刺激のあるものは避けて、のどごしの良い飲みものや、かまわずに飲みこめる、刺激の少ない食べものを与えましょう。しかし、まれに重症化することがあるため、経過観察し高熱が出る、発熱が2日以上続く、嘔吐する、頭を痛がる、視線が合わない、呼びかけに答えない、呼吸が速くて息苦しそう等、症状がみられた場合は、すぐに医療機関を受診しましょう。

**予防法**：一般的な感染対策は、①手洗い②排泄物を適切に処理することです。手足口病は、治った後も比較的長い期間便の中にウイルスが排泄されますし、また、感染しても発病しないままウイルスを排泄している場合もあると考えられることから、日頃からのしっかりと手洗いが大切です。

※ 今年には特に手足口病の感染者が多いです。1度かかっても、型の違うウイルスであれば何回も反復して発症する可能性があります。

### ○病児/病後児保育利用基準

病児：全身状態が落ち着いていれば発症後1日目から

病後児：急性期経過以降



### ○病児・病後児保育利用実績

4月1日～4月30日 合計5件（下痢症、急性上気道炎、気管支喘息、胃腸炎）

5月1日～5月31日 合計17件（感染性胃腸炎、急性上気道炎、結膜炎、アデノウイルス感染症）

6月1日～6月30日 合計18件（急性上気道炎）

7月1日～7月10日 合計19件（急性上気道炎、中耳炎、手足口病）

## ～豆ちしき～

### 蚊に刺されないために

●蚊に刺されて引き起こされる感染症として、

●2014年に代々木公園等での**デング熱**が、2016年には**フラジル**で**ジカ熱**が流行して話題になりました。

●どちらの感染症も予防薬や治療薬がなく、現在のところ、解熱剤を使って熱を下げる等の対症療法しか方法がありません。

●そのため、予防が大切です！

●まずは、**蚊を増やさない！**事です。

●植木鉢の受け皿や放置されたタイヤに溜まった水等でも蚊の幼虫（ボウフラ）は発生します。このような環境を作らない事が大切です。

●次に、**虫よけ剤の使用！**です。虫よけ剤として主に使用される成分に「**テート**」という成分があります。

●現在、国内ではテート濃度が30%まで認可されております。※テート濃度12%以下は6ヵ月以上から使用でき、テート濃度30%は12歳から使用できます。

●テート濃度が高いほど効果があり効き目が長くなります。

●特に、小さなお子さんに使用できる濃度の低い虫よけ剤は、効果が早く切れやすいがちです。

●虫よけ剤を使う際には、効果の持続時間を意識して、**つけるタイミングに気を付ける必要があります。**

●ぜひ、これからは虫よけ剤の成分やその濃度、効果の持続時間にも注意してみてください。



このような環境を作らないようにしましょう。

目に入ったり吸い込んだりしないように、お子さんには手にとってから塗るようにしましょう。

