



ほけんだより 8月号



令和3年
7月30日発行
うずも保育園



暑い日が続いています。新型コロナウイルスの流行も続く中、熱中症対策や夏の感染症など暑い時期ならではの心配が出てきます。手洗いうがいをきちんと行い、早寝早起き、ご飯をしっかりと食べる、こまめな水分補給など基本的な生活習慣を守り病気に負けず元気に過ごしましょう。

8月7日は
鼻の日

鼻にはおいをかぐだけでなく、
いろいろな働きをします。

呼吸をする

鼻の中に入った空気は温められ、
鼻毛で汚れをきれいにしてから
肺に送り込まれます。

においをかぐ

においをかいで、危険から身を守ります。

声の音色を出す

鼻がすっきり通っていると、声
がきれいに響きます。

夏かぜ



大人の夏かぜは症状が穏やかな場合が多いのですが、子どもの場合は症状が重くなる場合があります。プールを介して感染することが多い「咽頭結膜熱（プール熱）」や、口内炎のできる「ヘルパンギーナ」、手・足・口に水ぼうがができる「手足口病」などは、子どもがかかりやすい夏かぜの代表格で、症状の変化に注意が必要です。高熱が出て嘔吐などが見られる時は、医療機関を受診しましょう。予防法は、冬場とあまり変わりません。部屋の乾燥を防ぎ、手洗いをしっかりと行い、ビタミンCをしっかりとって規則正しい生活を心がけましょう。

RSウイルス感染症

症状

4～5日の潜伏期間の後、鼻水、咳、発熱などのかぜに似た症状が現れます。通常は1週間前後で回復しますが、なかには肺炎や気管支炎を発症する子どももいます。特に年齢が低い子ほど重症化しやすいので、注意が必要です。有効な治療法はなく症状をやわらげる治療がメインとなります。**非常に感染力が強い**ので手洗い・うがい（乳児は外から帰ったら水を飲ませる）をしっかりと行い予防しましょう。

少し落ち着いてきましたが、本園でもたくさんのお子さんが感染しました。コロナウイルス対策の徹底によって昨年のRSウイルス感染者が減り十分な免疫を獲得できなかったことが原因とみられています。



終生免疫ではなく、何度でもかかり2歳までにほぼ100%が感染します。本来秋～冬場に流行しますが、現在も全国的に流行が見られているので今後も注意が必要です。