



つくしんぼだより 12月号



平成28年11月25日
石原かがやきこども園
体調不良児保育
担当: 鈴木・青木

インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行る季節がやってきました。予防接種をしたからと安心せずに手洗いうがいを徹底し、規則正しい生活を送るように心がけ、感染症を予防しましょう。

歯科指導



10月25日高崎歯科医療センターの衛生士2名がすすく組からひまわり組までがお遊戯室で、すすらん、ばら組は6歳臼歯の話もあるので、ばら組の部屋に分かれて行われました。紙芝居を読んでもらったり、歯の模型と大きな歯ブラシを使い、正しい磨き方を教わりました。むし歯にならないように①甘いものは控えめにしよう ②食べたら歯を磨こう ③よく噛んでたべましょうとお約束しました。また、事故防止のため歯ブラシを持ったまま歩かない、走らないも守ってくださいね。

上手に鼻をかみましょう

まず、口から息を吸い込みます。ティッシュを広げ、鼻全体を包ように押さえましょう。



片方の鼻を押さえ、ゆっくり少しずつかみます。強くかみ過ぎないように気をつけましょう。



鼻をつまむようにふき取り、ティッシュはゴミ箱に捨てましょう。

鼻水の色を見てみよう

透明

気温の変化によるものや風邪の初期症状の場合に見られます。鼻水は垂れたままにしていると肌荒れの原因になるので注意が必要です。

黄色から緑色

細菌に感染している可能性があり、緑色に近いほど症状が悪いので早めに病院へ行きましょう。また、透明の鼻水に比べてドロツとしていたため、鼻の奥で溜まってしまふことがあります。そのときは加湿などを行い、鼻水を出しやすくしましょう。

流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）

高崎市内の小学校でおたふくかぜに罹患している人が多数見られます。

潜伏期間 ムンプスウイルスによって起こります。潜伏期間は2～3週間です。発症の前後約1週間は感染力があります。腫れるところは唾液腺で、耳下腺がいちばん多く腫れます。合併症として、髄膜炎、睾丸炎、卵巣炎、難聴などがあります。また、片方の耳下腺の腫れを何度も繰り返す反復性耳下腺炎もあり鑑別が必要です。

症状 耳の付け根のところ(耳下腺)、顎の下(顎下腺)が腫れて痛みを伴います。耳の下が腫れると、食事のときに顎を動かすので、痛くて食べられないことがあります。腫れは3日目目がピークです。その後は次第に腫れが引きます。片方だけ腫れることがあります。発熱は腫れる前から38～39℃の高熱が出るがありますが、2～3日で解熱します。

治療と経過 対症療法で、痛みを和らげることが中心です。経過中は発熱がないこともあります。経過中、発熱、頭痛嘔吐を伴う無菌製髄膜炎を起こすこともあり、そのときは入院して治療します。

予防するには

おたふくかぜ弱毒生ワクチンの予防接種がありますが、任意接種(一部公費負担あり)になります。接種を検討している方は高崎市のホームページを見て、対象になるか確認してください。

今月のつくしんぼ利用状況 発熱 14名
嘔吐 2名

今月の感染症情報 溶連菌感染症 4名
手足口病 1名