



# すくすく



## ～感染症情報～ つちだ小児科

梅雨の季節に入り、蒸し暑くなったり急に気温が下がったりと変わりやすい天候が続きます。日差しや気温が高いと、熱中症や脱水症状にも注意が必要です。対策をしっかりと行い、健康に過ごせるようにしましょう。また、すっきりしない天気から気分が落ち込みやすく、じめじめして体調を崩しやすい時期でもあります。食べ物も傷みやすいため、食中毒にも気をつけていきましょうね。

### 早めの水分補給を！

#### Q.いつ飲ませればよいの？

A.起床前、就寝前、運動の前後、入浴前後など、汗をかく前と後に飲ませましょう。

#### Q.どのくらいの量を飲めばよいの？

A.一度に大量を与えるのは避け、コップ1杯程度の量をこまめに与えましょう。

#### Q.何を飲ませればよいの？

A.白湯や麦茶などがよいでしょう。糖分の多いジュースや消化に時間のかかる牛乳、硬度の高いミネラルウォーターは、水分補給という点ではあまり適してはいないそうです。失われた電解質を補充するときは、経口補水液が役立ちます。

#### 乳児への水分補給

首がしっかりと座って離乳食を始める準備ができるようになったら、スプーンなどを使って、白湯などを少しずつ与えてみましょう。



#### アレルギーがあるお子さんへのお願い

すくすくハウスでは、利用者にわか保育園と同じメニューの給食を提供しています。食べ物にアレルギーのあるお子さんには、お弁当とおやつ(午前・午後の分)を持参していただいておりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

### 職員からの一言

先月は、環境の変化や連休の疲れなどで体調を崩し、高熱が出たり、咳や鼻水がよく出たりする感冒症状のお子さんを多くお預かりしました。なかでも、まだ体調を崩しやすい0歳児、1歳児のお子さんが多く、初めての場所になかなか泣き止まないこともしばしばありました。

また、アデノウイルスや溶連菌などの感染症のお子さんもおあり、これから感染が拡大しないことを願うばかりです。熱がなかなか下がらない、症状が長引くなど、「もしかして感染症かも?」と、普段と違った様子が見られたら、お医者さんに受診した際に相談してみてくださいね。



### ～すくすくハウスでの一コマ～

先日、1歳児のお子さんが2名、同室になりました。最初は、それぞれが自分たちの興味のある玩具を手に取り、お互いに関心を持つ様子は見られませんでした。ふと、窓の外に目を向けると、1羽のちょうちょうが飛んでいたため、「お外見ようか」と、窓を開けると2人ともが手を外に出してはたはたと手を動かしていました。まるで、2人でちょうちょうを手招きしているようにも見えました。まだうまく会話ができませんが、同じものを見て同じ気持ちを抱いたのではないかなと思い、ほっこりした1コマでした。



**流行性嘔吐・下痢症**…先月は43名。一部の保育園ではロタウイルスによる嘔吐下痢症がでているようです。最初は嘔吐で始まり食べられるようになると下痢になることもあります。嘔吐・下痢症は原因によらず、家庭での水分補給と食事療法が一番大切になってきます。保育園には熱がなく、食事が食べられるようになれば登園できます。

**アデノウイルス感染症(特に流行性角結膜炎)**…先月は10名、そのうち流行性角結膜炎は3名。最近では流行性角結膜炎と咽頭結膜熱(プール熱)が混在して流行しています。まだまだ油断はできません。

**伝染性紅斑**…先月は5名。丸岡近郊の保育園と小学校で小流行があります。

**溶連菌感染症**…先月は13名。のどの痛み、熱、体や手足の発疹などが出ます。舌はイチゴのようになります。嘔吐などの胃腸炎症状のこともあります。1歳未満の子に感染するのはまれで、5～15歳の子どもが感染しやすいです。

**インフルエンザ**…先月はA型1名、B型なし。例年ならばA型に続いてB型が流行するのですが、今年はB型の流行なしで終わったようです。

**RSウイルス感染症**…先月は2名。

**ヒトメタニューモウイルス**…先月は発生なし。

**百日咳**…先月は1名。熱がなくて長引く強い咳の時は百日咳の場合もあります。

**水痘**…先月は10名。水痘ワクチンの定期化がはじまってから水痘の流行はなかったのですが、先月は多かったです。予防接種2回受けているお子さんでも発症したお子さんがおられました。軽症でした。予防接種をうけていると他の子にうつす感染力も弱いようです。予防接種がまだのお子さんや1回しか受けていないおさんは早めのワクチン接種をお勧めします。

**おたふくかぜ**…先月は1名。坂井市はワクチン接種に補助があるので流行はめったにないです。

**麻疹・風しん**…県内でも風しんの発生が見られており、今後、流行する可能性があります。坂井市は9月から成人男性向けの風しん対策が始まる予定です。対象の方は通知が送られてくると思いますのでお待ちください。

### つちだ先生からの一言

初夏の陽射しが気持ちよいですが、気温差が大きくてどんな服装で外出するか毎日悩みますね。連休明けからぼちぼちと手足口病のお子さんが増えてきています。

昨年大きな流行にならなかったのが今年は流行するかもしれません。嘔吐・下痢症も各保育園で小規模な流行がみられています。解熱して、ひどい下痢がおさまれば食欲が戻るまでは家でしっかり休養して下さい。

※つちだ小児科ホームページでは、毎週最新の感染症情報「流行している病気」をお届けしています。感染症情報に加えて、感染予防対策についても書いていますので、一度覗いてみて下さい。