ほけんだより　１月号

平成３１年
青梅みどり第一保育園

あけまして
おめでとうございます

インフルエンザが流行する季節になりました

Q 潜伏期間は？

A 感染して１～３日です。

Q 症状は？

A 突然の高熱が３～４日間続き、関節痛、頭痛など全身症状がでます。子どもの場合、ぐずったり不機嫌になったりすることもあります。

Q かかった場合に気をつけることは？

A かかり始めの２～３日は子どものそばを離れず見守ることが大切です。解熱後２日間は感染力がありますので１週間ほどは外出を控えてください。処方された抗ウイルス薬は必ず飲み切ってください。

Q 登園の基準は？

A 登園停止の病気です。

①発症した日を０日として５日間が経過

②解熱した日を０日として３日間が経過

①と②の条件を満たしていれば医師の許可がでます。

保護者のみなさまへ

園児の送迎をする方がインフルエンザなど感染症にかかった場合、感染予防の措置として園舎への立ち入りを控えていただいています。わからないことがありましたら、いつでもご相談ください。

以前、インフルエンザの感染防止策を西多摩保健所に伺ったところ、「かかった人に兄弟がいる場合、ご兄弟たちの登園を控えていただいてはどうでしょうか」と助言をいただきました。例年、兄弟間でかかるケースが多いことを考えると、ご理解をいただき、ご協力をお願いしたいと思います。

熱性ケイレン

生後６か月から５歳ころの子どもが急な発熱に伴ってケイレンを起こすことがあります。38℃以上の発熱時で急激に体温が変化する時に起こり、半数近くは繰り返しますが、成長に伴い６歳前後でほとんど起こさなくなります。

ケイレンを発見したら…

☆深呼吸をします（落ち着くことが大切です）

☆そっと寝かせ、衣類をゆるめます

☆顔を横に向けます（吐くことがあるため）

☆観察をします（目の動き、手足の震えなど）

☆時間を計ります

☆ケイレンが治まったら、声をかけて意識を確認します

☆そのまま静かに寝かせ、体温を測ります

☆落ち着いたら、かかりつけ病院を受診してください

＊ケイレン中は口の中に指や物を入れないでください

救急車を要請する目安…

★熱がないのにケイレンを起こした時

★ケイレンが５分以上続く時

★1 歳未満または６歳以上の時

★意識が戻らない時

★吐いたものが詰まってしまった時

★何度も繰り返している時　　など

＊ケイレンを見つけた時、気が動転してしまうものです。しかし、ケイレンで死ぬことはありません。脳への後遺症を心配する方もいますが、熱性ケイレンの場合、ほとんどのケースで問題はありません。

園医の一言

保育園ではインフルエンザＡ型とＢ型が出ているようですが、診療所では Ａ 型と胃腸炎で受診するお子さんが多いです。ご注意ください。　　１月９日付