



青梅市では 40℃を超える記録的な猛暑日があり、例年にも増して暑い夏でした。体温を超える外気温が続くことで体調を崩してしまうお子さんが多かったようです。やっと暑さも緩み朝晩は過ごしやすくなりました。睡眠をしっかりすることで夏の疲れを吹き飛ばしましょう。



鼻の話

鼻は呼吸や嗅覚、声の共鳴に関わる大切な器官です。鼻の病気にかかるとこうした機能に影響を及ぼします。また、鼻水や鼻詰まりなどの症状は、ご飯が食べづらい、熟睡できないなどしばしば日常生活にも影響を及ぼします。鼻の症状があるときは専門である耳鼻咽喉科を受診してください。

チェックシート

- 1 水のようなサラサラした鼻水がでる
- 2 粘性のあるドロツとした鼻水がでる
- 3 鼻水が多量にでる
- 4 くしゃみがでる
- 5 鼻が詰まっている
- 6 鼻血がでる
- 7 のどが乾燥している
- 8 鼻水がのどに流れる
- 9 頭重感や頭痛がある
- 10 症状が長期間続いている
- 11 風邪をひいている
- 12 決まった要因で鼻水など症状がでる
- 13 鼻の周囲に鈍痛がある
- 14 においが感じない
- 15 発熱がある

1、2、4、5、7にチェックがついた場合

⇒ 急性鼻炎の可能性がります

5、6、8、9、14にチェックがついた場合

⇒ 慢性鼻炎の可能性がります

3、5、11、13、15にチェックがついた場合

⇒ 急性副鼻腔炎の可能性がります

3、5、8、9、10、13、15に

チェックがついた場合

⇒ 慢性副鼻腔炎の可能性がります

1、3、4、5、12にチェックがついた場合

⇒ アレルギー性鼻炎の可能性がります



*あくまで目安ですので、気になる症状がある場合は病院を受診してください。 すぐに役立つ暮らしの健康情報「こんにちわ」から

子どもと鼻血

鼻血の原因の多くは、鼻の粘膜が弱くなって傷つき鼻の中の細く小さな血管が破れて起こります。特に子どもは鼻炎や鼻を触るクセ、外傷、夏場ののぼせなどによることが多いようです。鼻血を繰り返す時や止まりにくい時は必ず耳鼻咽喉科で診察を受けてください。

*鼻血が多いと貧血になることもあるんですよ。心配ですよ。

風疹の流行情報

東京都では風疹に罹った人が例年の3倍に達したとテレビなどで伝えてあります。特に20～40歳代の男性が多いようです。大人でも予防接種を受けることができますのでかかりつけ医にご相談ください。

*妊娠中の方は受けることができません。

全園児健康診断のおしらせ

10月4日(木曜日)に全園児を対象に健康診断を行います。

園医の一言

保育園ではりんご病と診断されたお子さんがいるようですね。診療所でもりんご病や溶連菌感染症で受診するお子さんが増えています。ご注意ください。

9月5日付

