



ほけんだより

令和5年6月30日
中城みなみ保育園・幼稚園
看護師 渡慶次

暑い季節がやってきました。子どもたちは元気に毎日過ごしていますが、梅雨明け後は暑い日が続くので、熱中症も心配な時期です。子ども達には、屋外の活動では帽子を必ずかぶり、水分をこまめに取りるように声掛けしています。ご家庭でも、水分補給や体調管理に気を付けながら、涼しい時間帯は外遊びをして暑さに負けない体づくりをこころがけましょう！

夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱とどの痛み、口の中の水泡口内炎が特徴です。症状が軽ければ1~4日くらいで解熱します。



手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水泡ができ熱がでることもある。

プール熱（咽頭結膜熱）

高熱とどの痛みほか、目の痛みかゆみ、充血など結膜炎のような症状が出る。



蚊に刺されたらどうなる？

子どもは新陳代謝が活発なので、虫に刺されやすく、肌が弱いと症状が強く出てしまうことがあります。蚊に刺された時の皮膚反応は、刺されて直ぐに赤くなってかゆみが出る場合と、刺されて1~2日で赤くなってかゆみが出る場合があります。

新生児は、アレルギーが成立していないために無反応ですが、幼児期までは両者の反応が出るといわれています。実際には個人差があります。

蚊に刺された時の対処方法

蚊に刺されてしまった場合、**刺されたところを水で洗い流して清潔にします。**かゆみを軽減させるためには、**水で濡らしたタオルや保冷剤など使用して冷やす**ことをおすすめします。

必要に応じて、かゆみ止めを塗ります。刺されたところを掻き壊して細菌に感染してしまうと**とびひ**になる事があります。

とびひの（伝染性膿痂疹）

とびひは細菌により皮膚の感染症で、水ぶくれや、かさぶたができます。接触によってうつり、家事の飛び火のように広がることから、こう呼ばれます。あせもや虫刺されなど引っかけたり、転んだ傷に二次感染を起こしたりして発症します。



予防について

とびひを予防するためには、入浴して皮膚を清潔にし、手洗いをしっかりとさせることが大切です。ひふをかきむしって傷つけないようにするために、爪を短くきりましょう。また、とびひの原因になる細菌は鼻の中に沢山いるので、鼻をいじらないように伝えます。

