

ほけんだより

令和7年度8月号

猛暑が続く毎日ですね。なかなか外遊びやプール、水遊びが出来ない日々が続いていますが、室内で様々な遊びも行いながら、楽しく過ごしています。体調に今後ご注意ください。

園の健康状況

感染症の流行はみられません。急な高熱がおこりやすい時期と判断し、今後ご注意ください。他園では手足口病、ヘルパンギーナはみられないようです。

ほけんニュース

夏の感染症と皮膚トラブル

夏は、手足口病やプール熱などのウイルス性の感染症や、あせもといった皮膚トラブルも多くなる季節です。夏の感染症や皮膚トラブルの症状や家庭での対応をまとめました。

手足口病

症状

手のひら、足、ひじ、おしり、口の中などに水ぼうやや粘膜疹が出ます。熱は37～38℃程度で、出ないこともあります。無菌性髄膜炎や心筋炎、脳炎を合併することもあります。



対応

のどの痛みから、水分をとらないことによる脱水に注意し、水分と刺激の少ない食事を与えます。熱もなく、元気であれば登園できます。

ヘルパンギーナ

症状

突然38～40℃の高熱が2～3日続き、のどの奥に小さな水ぼうやができます。のどの痛みをうまく伝えられない乳幼児はよだれが増え、食欲が落ちて、不機嫌になることがあります。



対応

のどを痛がる時は、のどごしのよい流動食を与えます。熱と口の中の痛みがなくなり、飲食ができるまで数日休ませます。

咽頭結膜熱(プール熱)

症状

突然39～40℃の高熱が出て、のどの痛みとだるさ、目の充血、首のリンパ節の腫れがあらわれます。関節痛、頭痛、下痢を伴うこともあります。熱は4～5日続き、症状が改善するまで約1週間かかります。



対応

安静と保温を心がけ、水分補給と、のどにやさしい食事を与えます。吐き気や頭痛が強い時は、医療機関を受診します。第二種感染症のため、おもな症状がなくなり、2日経過するまで登園できません。

とびひ(伝染性膿痂疹)

症状

虫刺されやあせもをかいた傷から黄色ブドウ球菌などが入り、水ぼうやかさぶたができます。かゆみがあり、かき壊すと体のあちこちにうつります。



対応

患部を清潔にして、抗菌剤を含んだ軟膏をぬります。水ぼうやがあれば受診し、広がる時は抗菌薬を内服します。ガーゼで覆えば登園可能ですが、広範囲なら登園停止になることもあります。爪を短くし、治るまでプールは控えます。

水いぼ

症状

伝染性軟属腫ウイルスにより、全身に1～5mmの白く水っぽい光沢のあるいぼができます。かくと、広がったり、とびひになったりすることもあります。



対応

自然に消えますが、時間がかかります。数が多い、皮膚がただれる、かき壊す場合は、受診します。プールでの感染は少ないですが、タオルやビート板を介してうつることがあるので、共有は避けます。

あせも(汗疹)

症状

汗を出す汗管があかや汚れてふさがって、汗の出口がなくなり、首や背中、おなかなどに、水ぼうや、炎症が出ます。炎症は、かゆみを伴います。

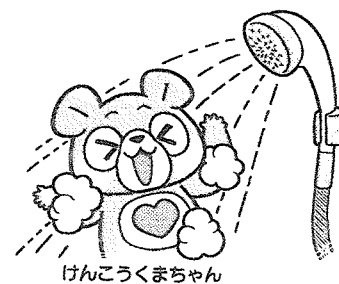


対応

水ぼうや、汗を拭いて清潔にすれば1～2日で治ります。炎症が強い場合は、亜鉛華軟膏などを使い、2～3日以上続く時は皮膚科へ。汗はこまめに拭き、着がえをすることが予防になります。

汗をかいたらそのままにしないで

汗をかいた後、そのままにしておくと、皮膚に塩分や汚れが残ってしまい、とびひやあせもの原因になります。皮膚を清潔に保つことが大切です。シャワーやお風呂で洗い流すようにしましょう。それが難しい時には、ぬらしたタオルなどで汗を拭き取り、着がえを行います。



けんこうくまちゃん

監修 塚田こども医院 院長 塚田次郎先生

行事予定

8/20(水) 0歳健診

8/22(金) 全クラス身体測定