

全国的に流行しているヘルパンギーナですが、保育所でもヘルパンギーナや発熱での欠席が増えていきます。朝の体調と体温チェックをお願いします。発熱時は早めの受診をお願いいたします。また、感染予防の手洗い・うがいや手指の消毒を行いましょう。

夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼうし、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が、普段の食事が摂れるまでは登所を控えましょう。



プール熱

プールで感染することもあり、高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化の良いものを食べましょう。

流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源になるので、タオルは共有しないようにしましょう。

手足口病

手の平・足の裏・口の中に水ぼうしができ、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



熱中症

熱中症の症状

日射病…顔は赤く、呼吸が荒くなります。皮膚感覚は熱く、体温が上がっても汗が出ず、めまい・頭痛・吐き気などを伴います。

熱射病…顔は青白く、大量の汗をかきます。皮膚感覚は冷たく、めまい・吐き気を伴います。

なぜ子どもは熱中症になりやすい？

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすく、衣服の調節や水分補給など一人で行うのが難しいため、熱中症になりやすいです。

車や家の中でも熱中症に注意！！

家の中や車中は、高温になり易く、子どもを一人にするのは絶対に避けましょう。

予防のポイント

- 日中は帽子をかぶって外出をしましょう。ベビーカーは地面からの照り返しで暑くなります。散歩はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- 炎天下での遊びは、長時間に及ばないように注意しましょう。プールや水遊びでも脱水症をおこします。こまめに日陰で休息と水分補給をとるようにしましょう。
- 衣服は肩まで隠れる、吸湿性、吸水性に優れたものを選びましょう。
- 水分補給は、水やお茶・経口補水液などを与えましょう。

