



社会福祉法人 晃和会

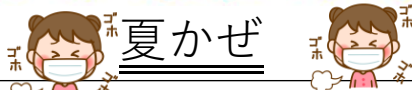


あゆみキッズだより

(vol.207 文責：土屋)






毎日、暑い日が続き子ども達は水遊びやプール遊びを楽しめる季節となりました。しかし、高温多湿の気候の影響により体への負担も大きくなります。免疫力が落ちると様々な病気になりやすいので、生活リズムを整えて強い体作りを心がけましょう。今回は、夏に流行する感染症をお知らせ致します。



夏に気をつけたい感染症

一般的に『夏かぜ』と言われる病気は、ヘルパンギーナ・手足口病・咽頭結膜熱（プール熱）この3種類が主な感染症です。5歳以下の子ども達が感染するケースが多く、風邪によく見られる咳や鼻水の症状はあまり目立たないのが特徴です。夏風邪は、同じヘルパンギーナでも、原因ウイルスの型が多いので何度も病気にかかります。暑さで体力が落ちると病気にもかかりやすくなるので、規則正しい食事と十分な睡眠を取らせることが重要です。外出からの帰宅時や食事前の手洗い、うがいは、日頃から行いましょう。夏風邪にかかったら、通常は1週間程度で回復しますが、ヘルパンギーナや手足口病では、まれに髄膜炎や脳炎などの重い合併症を起こすことがあります。発熱が長引いたり、頭痛や嘔吐などが続く時は、すぐに受診しましょう。

夏の感染症	咽頭結膜熱（プール熱） 	手足口病 	ヘルパンギーナ 
原因のウイルス	アデノウイルス	コクサッキーウイルス エンテロウイルス	コクサッキーウイルス
感染経路	飛沫感染、接触感染	飛沫感染、接触感染	飛沫感染、接触感染
主な症状	発熱（38℃～40℃） 4日～5日続く 喉の痛み、結膜炎症状、 腹痛、下痢など	手や足、口内など全身 に水泡を伴った発疹 発熱（37℃～38℃） 喉の痛み、食欲低下。	急な発熱（38℃以上） 口内の水泡、喉の痛み 食欲低下。
潜伏期間	3日～5日	3日～6日	2日～7日
登園基準	解熱後2日、症状が落ち 着いたら可能。	症状が落ち着き、飲食が できれば可能。	症状が落ち着いていれ ば可能。

新型コロナが5類移行後も新規感染者が増えています。専門家によると夏の間に感染拡大が起きる可能性もあるとの事です。あゆみキッズでは、新型コロナの受け入れできませんのでご了承下さい。

お家でのケア



食事→喉越しの良い食事（うどん・お粥・ゼリー・ヨーグルトなど）
を食べさせてあげるようにしましょう。

水分→熱がある時は、イオン水を飲用させ脱水を防ぎましょう。

睡眠→熟睡できる環境を整えて、体力と免疫力を高めましょう。