



# 9月

# 保健だより

H29.8.31 幸輪保育園



8月は、はやり目・プール熱・水ぼうそう・手足口病でのお休みがありました。夏の疲れが出てくる季節です。あくびをしたりごろごろしたり朝からきつそうな様子の子もいます。

早寝・早起き・朝ごはん！保育園で元気に遊べるように朝ご飯をしっかり食べて、元気に登園して欲しいです。

## 目の病気に気をつけましょう

目の症状が気になったら、こんな病気かも！？  
どちらもアデノウイルスによる感染症です。感染力が強いので注意が必要。早めに受診しましょう。

### プール熱

- 症状 ●発熱(38℃以上)
- のどの痛み
  - 目の充血
  - 目やに、涙
  - ※熱は3~5日続く

### 流行性角結膜炎

- 症状 ●目の充血
- 目やに
  - まぶたのはれ
  - ※ひどくなると発熱や下痢を伴うことも

- 対処療法が中心。のどごしがよい食事にする
- 水分補給をして脱水予防を

- 処方された目薬などを使う
- タオルなどの共有をしない
  - 汚れた手で目をこすらない。よく手を洗う

※どちらも、登園には医師が記入した意見書が必要になります。



## その症状 水ぼうそうかも

- 37~38℃くらいの発熱
- 顔、体幹、頭部にも赤い発しんがある
- かゆみの強い水ぼうそうが次々に見える



発しんの出方には個人差があり、特にアトピー性皮膚炎があれば、ひどくなる場合もあります。発しんが見られたら、医師の診断を受け、許可を得てから登園してください。

## あせもを防ぎましょう

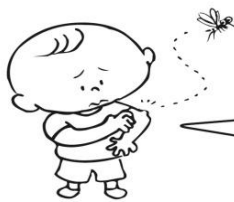
あせもは、おでこやひじ、首の周りなど、汗がたまりやすく、皮膚がこすれる場所にできます。アトピー性皮膚炎のある子は、症状が悪化することもあるので注意しましょう。

### あせもを作らない 3つのポイント

- ① 薄着が基本
- ② 吸湿性のよい木綿の肌着を着る
- ③ 汗をかいたら着替える、タオルでふく、シャワーで流すなどして、常に肌を清潔に

## とびひの増える季節です

とびひは、夏の疲れが出る8月の終わりから9月ごろに多くなります。虫刺されの跡や傷に、菌が付いて発症することが多いようです。「傷がじゅくじゅくしている」「なかなか傷が治らない」というのがとびひの始まりのサイン。やがてかゆみの強い水ぼうそうができます。これをかきこわした手でほかの所をかくと、そこにもとびひが広がります。



### 主な症状

- 皮膚に小指のつめくらいの水ぼうそうができる
- 水ぶくれや、赤くじゅくじゅくした、ただれた状態になる
- 強いかゆみがある

### 家庭での手当て

- じゅくじゅくした部分はガーゼで覆う。皮膚科で処方された薬があれば塗ってから、ガーゼで覆う
- お風呂では湯船につからず、シャワーで洗い流して清潔を保つ
- 湯上がりはこすらずふき取り、薬を塗る



患部が乾燥すれば、うつる心配はありません。じゅくじゅくしていたら、ガーゼで覆いましょう

