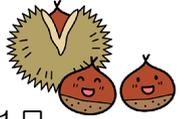


ほけんだより



令和6年11月1日

一日の寒暖差が激しくなり、体調を崩すお子様が増えています。集団生活の感染拡大を防ぐ為に、体調が悪いと感じた時は無理をせず、体力が回復して元気になってから登所するようにお願いします。

～インフルエンザと言われたら～

＜インフルエンザ＞

突然の高熱
(40度前後)

喉の痛み

頭痛

激しい咳

鼻水

関節痛
筋肉痛

嘔吐

登所時に「お知らせ」の用紙を提出してください。

例	発症日	発症後5日間(出席停止期間)					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目		登園OK		
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目		登園OK	
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目		登園OK
発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK

※新型コロナウイルス感染症の場合は、『発症日を0日として5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を過ぎるまで』となっています。(厚生省により)

※症状が軽快しても7～10日間はウイルスを排出している可能性があるため、注意しましょう。

※受診を迷ったら#8000(子どもの救急) #7119(救急要請相談)『子どもの急病ガイドブック』をご利用ください。

冬場に多い嘔吐・下痢症

嘔吐・下痢症は、突然吐き出したり、激しい下痢を一日に何度も繰り返したりします。特に乳幼児は脱水症状が起き重症化することもあります。

ぐったりしたり、唇や口の中が渴いている、おしっここの量が減ったりなどの症状が見られたら、すぐに病院を受診しましょう。

吐き続けている間は安静にして食べることは控えましょう。

落ち着いたら消化の良いものを取り、水分補給を細目に取りましょう。

下痢の場合も同様です。特に回数が多いとお尻が荒れて痛みを生じます。お湯で洗い流しタオルでしっかりと拭いてあげましょう。



嘔吐・下痢の処理方法

- 二次感染を防ぐために、換気をしましょう。吐物を処理するときは、マスク、ゴム手袋をして行いましょう。
- 次亜塩素酸ナトリウムによる消毒液を作ってトイレのドアノブや便座を拭きましょう。

＜次亜塩素酸ナトリウム(キッチンハイター)で作る消毒液＞

- * 新型コロナウイルスに対しては・・・
0.05%の濃度にする。水1ℓにハイター10ml(ペットボトルキャップ2杯分)
- * ノロウイルスに対しては・・・
0.02%の濃度にする。水1ℓにハイター5ml(ペットボトルキャップ1杯分)
ただし吐物処理に使用するときには、0.1%の濃度にする。水1ℓにハイター20ml(ペットボトルキャップ4杯分)。

