

ほけんだより



令和6年9月1日

今年の夏は季節に関係なくRSウイルスやマイコプラズマ肺炎など、全国的に流行が見られまだまだ注意が必要となってきています。発熱や呼吸器の症状が多く見られ、保育所でも感染が拡大しないように予防に努めています。家庭内でも手洗い・うがいなど心がけて、体調管理に注意しましょう。無理をすると重症化したり症状が長引いたりするので、早めに休養をとりしっかりと治して元気に登所しましょう。



心配なせき！

咳は病気を見分ける手がかりとなるので、特徴を押さえておきましょう。

◆激しいせき◆

※RSウイルス感染症の疑い！

ゼイゼイと苦しそうな呼吸をする。年齢が小さいほど重症化しやすい。

◆乾いたせき◆

※気管支炎の疑い！

コンコンと乾いたせきが1日中続いたり、痰が絡んだゼロゼロというせきが続く。

◆高熱とひどいせき◆

※肺炎の疑い！

高熱があり、ひどいせきが3日以上続き、呼吸が速くぼんやりしている。
肺炎には、ウイルス性・細菌性・マイコプラズマ肺炎があります。

◆ケーンケーン◆

※クループ症候群の疑い！

ケーンケーンとかすれた咳き込み、息を吸うときにヒューヒューという。

◆コンコン◆

※百日せきの疑い！

コンコンとスタッカートのようなせきが2週間以上続き、息を吸うときにヒューッという。

RSウイルス感染

38~39℃
の高熱

ゼイゼイと
いう呼吸音

激しいせき

鼻水

発症から2~3日で咳がひどくなり食欲低下・喘鳴・呼吸困難が現れ、気管支炎や肺炎などの重症化となります。

年齢が上がるほど、症状は軽くなってきます。検査は1歳未満が対象です。

マイコプラズマ肺炎

1ヶ月
以上続くせき

倦怠感

痰

風邪症状に似ているため、発見が遅れやすく『**歩く肺炎**』と言われています。

そのため、感染が広がりやすいので、手洗い・うがいは大切！

せきで眠れないときは・・・



※小さいお子様は上体を起こして背中を軽くたたくと呼吸が楽になります。

※部屋の加湿をしましょう。

※喉を潤すために水分補給を心がけましょう。

※ゆっくりと休んで体力回復に努めましょう。



感染症は「おしらせ」の用紙を提出して登所となるので、保育所までご連絡ください。