認定こども園中西別幼稚園

平成２９年度 保健便り

# ぐんぐん

6月号 NO２

## 夏に流行る感染症について

これから暑さが本格化する夏。冷たいものが美味しく感じたり，水遊びをしたくなったり楽しいこともたくさんですが，高温多湿の環境を好むウイルスや細菌が活発に活動するという、夏特有の感染症が流行する可能性が高まる季節でもあります。また、暑苦しい気候で体力を消耗して免疫力が低下しやすくなり，感染症が流行していきます。感染症にかからないよう注意し，これは？という症状が出た場合は，下記を参考にして下さい。

### 【手足口病】

手のひらや足の裏，口の中に水疱性の発疹ができるのが特徴です。37～38 度程度の熱が出ることもありますが，1～2 日で熱は下がっていきます。頭痛や嘔吐，高熱，ひきつけの症状が出ている場合は無菌性髄膜炎を併発している可能性があるので、早めに小児科を受診してください。

**＊飛沫感染，接触感染，糞口感染（糞便から排出されたウイルスにより口を通して感染）によって感染します。**

### 【ヘルパンギーナ】

38 度以上の高熱が出て，喉の奥の方に水疱ができます。喉の水疱ができると，飲み込むごとに痛みが生じるため，食欲不振になることがあります。

**＊咳やくしゃみなどによって発生する飛沫によって感染する飛沫感染と，唾液や鼻水が付着したおもちゃ，これらに触れた手指を介して感染する接触感染によって感染します。**

### 【プール熱 （咽頭結膜熱） 】

結膜炎，咽頭痛，発熱の３つです。（ただし３つの症状が全て現れてこない不完全なケースもあります）

急な発熱で発症し，咽頭炎による喉の痛みが現れます。また，結膜炎に伴って充血，目の痛み，かゆみ，目やに，まぶしくなったり，涙が止まらなかったりします。咽頭結膜熱は、プール熱とも呼ばれ、アデノウイルスに感染することで発症します。

**＊感染者のくしゃみや咳を吸い込んだり、感染者とタオルを共用したりして感染が広がります。**

### 【流行性結膜炎】

充血，流涙，目やに，まぶたの裏側に小さなブツブツ，まぶたの腫れなど）が強く現れます。特に夏はプールなどで人と接触しやすい季節なので気をつけることが大切です。

**＊感染力が大変高く，結膜炎にかかった人の目を触った手で他の人の目を触ればほぼ１００%感染します。その他タオルなどを介しても感染します。**

### 【とびひ】

細菌が皮膚に感染して水ぶくれやかさぶたができ，それが飛び火のように体のあちこちに，次々と広がっていく病気です。

**＊虫刺されや汗疹（あせも）を掻いたり，小さなケガでできた皮膚の傷に最近が入り込み感染することで発症します。**

## 家庭でできる「感染症予防対策」

感染症を予防するには、毎日の心がけが肝心。外出先から帰ったときや食事前の手洗いうがいを習慣づけるだけでも、ずいぶんと予防につながります。また食生活や生活リズムにも気をつけ，この夏を乗り切りましょう！