



# ほけんのまどから



## 10月感染症情報

手足口病 乳児 5名 幼児 1名  
 りんご病(伝染性紅斑)  
 乳児 2名 幼児 12名(疑いも含む)  
 RS ウイルス 乳児 8名  
 ヘルパンギーナ 乳児 1名

10月は乳児では手足口病・RS ウイルスが流行しました。乳児期に RS に感染すると気管支炎・肺炎など重症化することがあります。咳が辛い場合は無理せずにお休みしていただく様をお願いします。

幼児では先月に引き続きりんご病のお子さんが多く見られました。発疹が出現した時点では他者への感染の恐れはありませんが、登園許可届が必要な感染症の為、症状があるときは受診をお願いいたします。

寒くなり感染症が増えてくる時期です。体調が悪い時は無理をせず大人も子どもも休息をしっかりとっていきましょう。

## お知らせ

☆インフルエンザワクチンの接種時期です。重症化を防ぐ為に積極的な接種を。

☆新しい乳児医療証のコピーがまだの方は提出をお願いします。

☆このたび看護師今道は産休をいただく事になりました。また元気に戻ってこれるように頑張ります！11月後半からは「宇都看護師」が担当させていただきます。どうぞ宜しくお願い致します。

## 今年流行中！マイコプラズマ感染症



今年マイコプラズマ感染症が流行しています。世田谷区でも、小学校から流行が始まり、保育施設でも感染者が増加傾向です。長引く咳の時は受診をしていきましょう。

①症状:潜伏期間は2-3週間で、発熱・喉の痛み・だるさ・頭痛など風邪に似た症状からはじまります。咳は発熱後3-5日からはじまり、コンコンと乾いた咳が多いです。長引くと咳は徐々に強くなります。解熱後も咳だけが残り3-4週間続きます。

## 秋～冬のスキンケアについて

これからの時期は空気が乾燥し、皮膚がかさかさや荒れ、痒みがでることがあります。

子どもは、肌のバリア機能が未発達なので、乾燥するとバリア機能がどんどん失われ肌荒れを起こします。肌を保護するバリアがない状態で乾燥が進むと、あかぎれや発疹、とびひなど、様々な皮膚トラブルがでやすくなります。家庭での日常的なケアを心掛けて良い状態を保ってあげましょう。

## スキンケア3か条

### ① しっかり保湿

お風呂上がりの肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的です。

### ② 清潔を保つ

お風呂ではごしごしこすらず、石鹸を泡立てて優しく洗います。

### ③ 刺激を少なくする

肌着は綿素材がお勧めです。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすく痒みの原因になることもあります。湿度は50%以下にならないように調節しましょう。

※伸びた爪で強くかいてしまうと皮膚のバリア機能が低下し、湿疹や炎症が悪化します。また、お友達を傷つけてしまうこともあります。定期的に爪を切るようお願いします。



②治療法:抗菌薬を内服します。近年効かないものも増えてきており、別の種類の抗菌薬に変える事があります。8歳以下では使用できない薬があり、症状が長引く事があります。肺炎等呼吸が苦しいなどの症状がある場合は入院も検討されます。ワクチンはありません。

③家庭でのケア:水分補給と安静。咳がひどい場合は加湿器等を使う。喉の保湿にはマスクも有効。処方された薬はしっかり飲み切る。

④登園基準:発熱や激しい咳が治まっていること

⑤予防法:手洗い・うがい・(大人は)マスクの着用

