



早いもので、今年も1か月となりました。今年は猛暑の夏から暑さが続いていましたが、最近急に寒くなり、体調不良を訴える園児が増えました。園や家庭でも、こまめな手洗い・うがいを呼びかけ、風邪予防をしていきましょう。

発熱

発熱は、病気や体の異常を知らせるサインであると同時に、体内に侵入してきた細菌やウイルスと戦って免疫力を高め、体を守っている最中の状態でもあります。普段のお子さまの平熱をきちんと把握し、急な発熱にも慌てず対応しましょう。

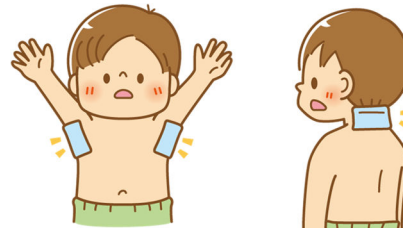
お家でのケア

こまめに水分補給を行いましょ。熱の出始めで寒気を感じている時は温かくし、熱が上がると手足が温かい時は薄着にします。汗をかいたら衣服を取り替えましょ。

こんな時はすぐ病院へ！

生後3カ月前後の月齢の低い乳児の発熱や、脱水症状、嘔吐、下痢、呼吸困難、顔色が悪いなどの症状が見られる時は早急に受診ましょ。

熱冷却シートの使い方



発熱した時は額を冷やすのが一般的ですが、動脈が通る首の付け根や脇の下、股の付け根などを冷やすとより効果的です。ただ、寒気で体が震えている時はまだ熱が上がりがきいていない状態です。まずは体を温め、熱が上がりがきいてから熱冷却シートを使いましょ。

感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスが原因の胃腸炎で、数時間前まで元気だったのに、突然顔色が変わり嘔吐が始まるケースが多く見られます。

症状が出てから数時間が一番重く、水分を与えても吐いてしまします。吐き気が治まるまで様子を見て、顔色が戻ってきたら経口補水液などを少量ずつ与えましょ。

下痢の症状は、数日前から出る場合もあれば、嘔吐が始まってから出る場合もあります。嘔吐物や便から感染するケースが多いので、早めの処理と消毒が、集団感染の予防につながります。

手足口病

手足や口の中に水ほうや赤い湿疹が出るのが特徴で、ひざやお尻に出ることもあります。症状は3~5日で治まりますが、まれに髄膜炎などの合併症を起こす事がありますので、頭痛や嘔吐を伴う発熱がある時は、早急に小児科を受診ましょ。

口の中に水ほうが出ている間、お子さまに食欲がなければ、水分補給さえしっかり行えば大丈夫です。食欲があるようなら、冷たいスープなどを与えてみましょ。

年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょ。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。

病児室保育室便り

BETTER & BEST
TEL.0983-43-1340