

ほけんニュース

せきエチケットと冬に多い感染症予防

冬にはインフルエンザが流行します。それに加えて新型コロナウイルス感染症への対策も必要となります。手洗いやマスクの着用などで、しっかり予防をしていきましょう。



マスクとせきエチケット

お子さんと、マスクの正しいつけ方などを確認してみてください。

□鼻は覆えていますか？



□□やあごは覆えていますか？

外す時は



☆ひもの部分を持って外します。

使い捨てマスクを捨てる時は



☆ビニール袋などに入れて、口を結んでごみ箱へ

※乳幼児のマスクについては、WHO、ユニセフでは2020年8月に、5歳以下の子どもには必ずしもマスク着用にこだわらなくてもよいという見解を出しています。また、日本小児科学会では2020年6月に、窒息などの危険性が高まるため、年齢(特に2歳未満)や発達状況を踏まえる必要があるとしています。

もし、マスクがない時にせきが出そうになったら



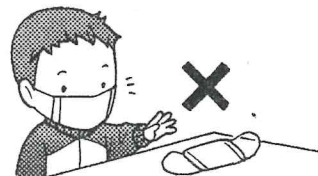
☆ティッシュペーパーやハンカチなどで鼻や口を覆います。



☆ティッシュペーパーやハンカチなどが無い時には、袖で覆います。

★マスクについてお子さんに注意を★

友だちなど、ほかの人が使ったマスクには触れないようにお子さんに話してください。



**** 冬に気をつけたい感染症 ****

インフルエンザウイルスをはじめとして、冬に流行する感染症がいくつかあります。手洗い、うがいやインフルエンザの予防接種をするなどの感染症予防を心がけましょう。

インフルエンザ

症状

突然の高熱、倦怠感、関節痛、筋肉痛などの全身症状、咽頭痛、せき、鼻水など。

注意すること

発症した場合は、発症後5日を経過し、なおかつ、解熱後3日(小学生以上は2日)経過するまで、登園・登校は停止になります。

溶連菌感染症

症状

発熱やのどの痛み、咽頭炎、扁桃炎を起します。舌がいちごのように腫れ、全身に細かく赤い発疹が出ることがあります。また、腎炎などを合併することがあります。

注意すること

合併症予防のために処方された抗菌薬を、決められた期間服用します。抗菌薬の内服後24~48時間が経過していれば、登園も可能です。

RSウイルス

症状

呼吸器の感染症で、2歳以上は軽いせきや鼻水程度しか見られません。

注意すること

生後6か月未満の乳児が感染すると、重症な呼吸器症状を生じ、入院が必要となる場合も少なくありません。呼吸器症状がある年長児が乳児に接触しないようにします。

感染性胃腸炎

症状

おもな症状は嘔吐と下痢です。冬に多く見られる胃腸炎は、ウイルス性のものがほとんどです。感染力が強く、ウイルスの数が少量でも感染します。

注意すること

脱水にならないように注意します。感染力が強いため、手洗いや嘔吐物の処理を迅速かつ適切に行います。また、医師から感染の恐れがないと認められるまで、登園はできません。

感染症の対策をしよう

手洗い

帰宅後、トイレの後、食事前には、石けんで洗います。



うがい

帰宅後や、食事の前などにうがいをします。



換気

時間を決めて、こまめに換気をします。



加湿

室内が乾燥しないように加湿器などを使用します。

