



ほけんだより 8月号



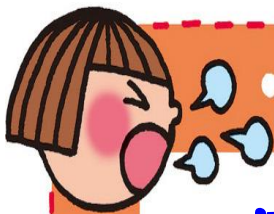
平成30年7月31日発行

軽野保育園

看護師 笹浪寿恵



猛暑が続いています。健康に過ごすために、早寝早起きをして、しっかりと朝食を食べて正しい生活習慣を心がけて下さい。また、夏休みに遠出される方も多いと思います。体調やけがに気を付けながら、楽しい夏の思い出をつくりましょう。



溶連菌感染症

溶連菌（ようれんきん）感染症とは、溶血性連鎖球菌という細菌による感染症で、喉の痛みを伴う咽頭炎の2割程度がこの菌が原因と言われています。5～10歳くらいまでの子どもがかかりやすく、2～5日間の潜伏期間の後、喉の痛みや扁桃腺が腫れる症状から始まり、38℃～39℃の高熱が出て頭痛や体のだるさを伴います。発熱から2～3日経つと、首や胸、手首、足首に痒みのある粟粒状の発疹が現れて、全身に広がります。同時に舌にイチゴ状の小さくて赤いブツブツとした発疹が現れます。溶連菌感染症と診断されたら、抗生物質を10日から2週間程内服します。発症から5日程経つと、解熱し発疹や喉の痛みも治まります。

回復後、まれに急性腎炎やリウマチ熱（関節、心臓、皮膚、神経系に起きる炎症）等の合併症を起こす事があります。症状が消えても自己判断で内服を中止せず、医師の指示に従って下さい。抗生物質を内服開始後、1～2日間は登園停止です。登園には登園届の提出が必要です。

突然現れる「じんましん」

突然、体のあちこちに赤く盛り上がった発しんができ、強いかゆみがあるときは、じんましんかもしれません。



特定の食べ物や薬に対するアレルギー反応であることが多いのですが、花粉やストレスが原因のことも。原因がはっきりしないこともあります。

数時間～数日で自然に治りますが、かゆみが強いときは水でぬらしたタオルなどで冷やすと和らぎます。



のどにできた発しんが気道をふさぐと呼吸困難やショック症状を伴うことがあるので注意し、そんなときはすぐに受診してください。

どうして起こるの？ 熱中症

汗がかけなくなることで体温調節ができなくなるために起こります。体調にもよりますが、気温32℃以上、湿度60%以上の環境で、十分な水分補給をしないで運動すると発症しやすいといわれます。さらに子どもは、大人よりも脱水症状を起こしやすいので、より注意が必要です。

