



# 10月のほけんだより



R6年 ハート保育園

10月になり、朝晩過ごしやすくなってきました。そのせいか風邪症状のある子が増えています。食事や睡眠を十分にとり体調を整えてあげましょう。症状が良くならない際は、他の園児にうつさないように（蔓延させないよう）、早めの受診をお願いします。

## 1. 手足口病 🦷👄👉👈

ウイルス性の感染症です。咳やくしゃみなどの飛沫感染でうつります。潜伏期間は3～5日間。症状は、発熱（38℃位）、口の中や、手足に水疱性の発疹がでます。お腹や背中、お尻にでる事もあります。水疱は7日間程度で枯れます。手足口病の発症後数週間で、爪脱落が起こる事もあります。（爪が剥がれ、生えてきます）ワクチンや特別な治療法はなく、症状に応じた対処療法となります。また暫くは、ウイルスが便に排出されるため、おむつ交換の後は手洗いを十分に行いましょう。当園では、発疹が枯れてからの登園をお願いしています。

## 2. 中耳炎 🦻

### ① 急性中耳炎

中耳（鼓膜の内側）に、鼻や喉から細菌が入って炎症を起こし、膿が溜まる病気です。風邪の際、鼻水等の症状を長引かせると中耳炎になりやすくなります。症状は、発熱、耳の中の痛み、耳だれ、聞こえにくいなどです。小さいお子さんは症状を言葉で表せません。耳を頻回に触ったり、理由もなくぐずる時は中耳炎のことがあります。治療は抗生剤の内服や鼻水を出す薬等の内服で行います。腫れがひどい時や高熱が続く際は、鼓膜切開により膿を排出したりします。余談ですが、泣いている子供の鼓膜は赤くて判断しにくいそうです。中耳炎を疑う際は、耳鼻科受診がいいと思われれます。

### ② 滲出性中耳炎 🦻

中耳腔（鼓膜の内側）に液体が溜まる病気です。急性中耳炎が治りきらず、鼓膜の内側に膿が残っていて起こる場合もあります。症状は、耳が聞こえにくい（難聴）何度呼んでも返事をしない。飲み薬で治療してもよくなる場合は、鼓膜チューブ挿入術という手術を行います。小さなチューブを鼓膜に設置し、数カ月から2年位留置して膿や浸出液を出します。中耳炎の治療は、完全に治ったと診断受けるまで続けるようにしましょう。