



1月ほけんだより

R6年1月 ハート保育園

新年あけましておめでとうございます。昨年は、病気から子供たちを守るために保護者の方皆様のご協力有難うございました。今年も、子供達が健康で安全に過ごせますよう、情報発信していきますので、ご協力よろしく申し上げます。

1. 今回は、中国で大流行しているマイコプラズマ肺炎について説明します。日本でも患者はいます。手洗い・うがい・アルコール消毒等の感染対策を十分に行い予防しましょう。

1) どうやってうつる？

咳などで飛び散った肺炎マイコプラズマという細菌を吸い込んだりすることで、感染してしまいます。潜伏期間は2～3週間程度です。

2) 症状

最初は発熱・全身倦怠感・頭痛などの症状で、乾いた咳がでます。咳は3～4週間続きますのが特徴です。又、人によって昼間は平熱で、夕方から熱が上がる方もいます。多くの人はマイコプラズマに感染しても気管支炎ですみ、軽い症状が続きます。一部の人は肺炎となり、重症化すると入院・点滴治療が必要となります。

3) 治療法

抗菌薬（抗生物質）によって治療します。抗菌薬は苦みがある為、飲ませる際は薬剤師の指導に従ってください。ちなみにアイス（チョコ味）とかだと苦みを感じにくくなります。

4) マイコプラズマは学校保健安全法で第3種学校伝染病に指定されており、急性期は出席停止、全身状態がよければ登園可能となりますが、激しい咳が治まるまでは保育園は出席停止となります。大体1週間くらいはお休みすると考えていただくといいでしょう。

☆冬場は空気が乾燥しており、咳も出やすい環境にあるため加湿器を使用すると思います。

加湿器を使用するは湿度が60%前後になるように調整しましょう。湿度が高くなり過ぎて、お部屋にカビが発生することもあります。又、加湿器は定期的に掃除をしないと加湿器内でカビが発生し、カビを吸って生活することになります。気を付けましょう。

2. 誤飲について

誤飲は生後5か月を過ぎると増え始め、6か月から2歳までに多いといわれています。

誤飲で多いのは1位：たばこ 2位：医薬品 3位：プラスチックやおもちゃです。

<予防のポイント>

- ① 誤飲するサイズ（39mm以下、トイレットペーパーの芯を目安にしてください）
- ② 小さな生活用品は、手の届かない高さに（1M以上）
- ③ 小さなパーツのおもちゃは6歳以上で（ビーズなど鼻や耳に入れてしまう事あり）
- ④ ピーナッツなどの豆類はできれば6歳以上で
- ⑤ 大きな食品は小さく刻み、口にたくさん入れさせないようにする
（ミニトマトやブドウなども切って与えてください）
- ⑥ 異物を口に入れてるのを発見した時は大声を出さない（驚いて飲み込んでしまう）

<対処方法>

- ① 除光液・ベンジン・灯油・殺虫剤・農薬などを誤飲した場合は、119にTELし救急車を要請する。
 - ② ボタン電池：体内で溶け出すため、出来るだけ総合病院を受診する
 - ③ 鋭利な異物：ガラス・針・ヘアピン・カッターの刃等
 - ④ 磁石：同じものがあれば持参する
 - ⑤ 家庭用化学用品：トイレ用洗剤・水で膨らむビーズ・吸水性樹脂・芳香剤・消臭剤・漂白剤等
 - ⑥ たばこ：商品名・誤飲した量と銘柄
 - ⑦ 薬：同じもの・お薬手帳持参
 - ⑧ コインやおもちゃ等よく誤飲しやすいもの
- ②～⑧は症状が無くても自家用車で受診してください
- ⑨ 少量のインク・クレヨン・絵具・粘土・化粧品・石鹼などは、受診が必要かかかりつけ医に相談してください