



8月 ほけんだより



牧野保育園
令和6年8月



梅雨が明け、暑い日が続いています。暑さで体力が落ちたり、体がだるくなったりと調子を崩しやすい時期です。冷房のかけ過ぎによる冷えにも注意が必要です。夢中になって遊んでいると、水分補給がおろそかになりがちです。新陳代謝が高いお子さまの水分補給は、こまめにおこなってあげてください。体調に気をつけながら、元気いっぱい楽しい夏を過ごしましょう。

手足口病が流行しています！！



今月の予定
8月7日(水)
身体測定

手足口病とは・・・

その名の通り、手のひらや足の裏、口になかに小さな水ぶくれができる病気です。おしりやひじ、ひざの裏にできることもあります。3人に1人程度の割合で発熱がみられますが、高熱になることはほとんどなく、数日で解熱することがほとんどです。また、発しんはかさぶたにならずに治ることがほとんどで、多くの場合が1週間程度で落ち着きます。

口の中に発しんができることから、痛みがひどい場合は飲食を嫌がる場合もあります。暑い時期に流行することもあり、脱水には気を付けましょう。ウイルスの種類が複数あるため、以前にかかったことがあっても、感染することがあります。

感染経路はくしゃみや唾液、鼻水、排泄物です。

症状が消失したあとも3~4週間の長期にわたり、糞便中にウイルスが排泄されることがあり、また、感染しても症状がなく、ウイルスを排せつしている場合もあります。手足口病は子どもがかかりやすい病気ですが、まれに大人にも感染するため、家庭や個人でしっかり感染対策を行いましょう。



※感染予防のポイント

- ◎手洗い…子どもも大人もしっかりと手を洗いましょう！タオルやハンカチは共有せず、自分のものを使いましょう。
- ◎排泄物の適切な処理…おむつ交換時の排泄物を適切に処理し、交換後はしっかりと手を洗いましょう。

手足口病以外にも夏に流行する感染症

●ヘルパンギーナ●

突然高熱が出て強いのどの痛みがあります。喉に水ぶくれができます。

●咽頭結膜炎● (プール熱)

発熱、のどが真っ赤で痛くなります。目の痛みとかゆみがあります。

※いずれもウイルス感染によっておこる病気です。特効薬はなく対症療法となります。

感染力も強いため、症状のある時には必ず受診し、医師の診察を受けましょう！