



R1. 11. 6

生目台ピノキオこども園 看護師 合屋



山々の木々が赤や黄色へと色づいてきました。  
 秋らしいさわやかなお天気が続いています。園では、運動会が終わり持久走大会など楽しい行事が続きます。  
 子どもたちの体力もぐんぐん伸びる時期です。楽しい経験を通じて、かぜに負けない丈夫な身体づくりを心掛けましょう。



この先、寒くなってきますと冬の感染症が流行してきます。  
 学校や保育園などではインフルエンザや感染性胃腸炎など、又、この時期りんご病なども流行しているようです。  
 外出後や食事の前には必ずせっけんで手を洗きましょう。いろいろな感染をまずは、手を洗うことで予防しましょう。

## インフルエンザになってしまったら・・・

まずは医療機関にかかり、インフルエンザかどうか診断してもらいましょう。高熱や下痢が続くと脱水症状を起こしやすくなるので、こまめな水分補給が大切です。感染力が強いので、発症した後5日を経過し、かつ、熱が引いてからも3日間は登園を控え、しっかりと自宅療養しましょう。(詳細は10月号に)

※保育中、インフルエンザ様の症状などがある時は病後児室で経過を見ます。

## 気をつけて！インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症の一つで、主に5歳以下の子どもに発症します。発症から比較的早い時期にけいれんを起こす。呼びかけても反応しないなどの意識障害の他に急に怒ったり、怯えたり、うわごとを言うなどの言動が見られることもあります。このような症状が出たら、すぐに医療機関を受診して下さい。

インフルエンザの予防接種をうけましょう！！  
 発症をおさえ、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ、重症化防止効果があります。  
 ワクチンを受けて、約2週間くらいで効果があるそうです。又、その後半年くらい効果があるそうです。体調のよい時にうけましょう！

## 感染性胃腸炎

ノロウイルスやロタウイルスなどが原因の胃腸炎で数時間前まで元気だったのに突然嘔吐が始まるケースが多くみられます。  
 嘔吐物や便から感染するケースが多いので嘔吐物や便の早目の処理と消毒が集団感染の予防につながります。

### 嘔吐物の処理方法

嘔吐物(おうとぶつ)は、二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクで体を覆って嘔吐物に直接触れないようにしましょう。

※こども園で嘔吐があった時は、感染の拡大を防ぐため、そのままビニール袋に入れて自宅にもって帰ります。御面倒ですが、ご自宅でお洗濯をお願いします。

### 用意する物

- ・使い捨て手袋 ・使い捨てマスク ・バケツ
- ・雑巾 ・ビニール袋 ・消毒液(塩素系漂白剤など)
- ・使い捨てエプロン(あれば)

### 手順

- ① 手袋(出来れば肘まで隠れるもの)をして捨ててもよい布や紙で拭きとります。
- ② 拭きとった物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ③ 汚れた床は、消毒液(漂白剤等)などを薄めて拭きます。
- ④ 処理の後は十分な換気を行いましょう。

### 嘔吐物の付いた衣類の洗い方

消毒液を薄めて、衣類を2時間程漬け置きした後、洗濯をします。他の衣類とは一緒に洗わない



## さあ、みんなで手をあらおう!!



手洗いは、感染症の予防の基礎です。外出遊びのあと、トイレの後、食事の前はしっかり手を洗う習慣をつけましょう。