



冬場に多い感染症

インフルエンザ

インフルエンザウイルスに感染することで起こります。症状としては、高熱や関節痛、頭痛、寒気、だるさなどの全身症状を伴い、鼻水、咳なども出ます。インフルエンザかなと思ったら早めに病院を受診し、安静にしましょう。また、感染を広げないためにも発症から5日以上たち、熱が下がった翌日から3日間はお家で様子を見て下さい。4日目からの登園をお願いします。脳炎、熱性けいれん、脳症などの合併症がありますので、注意しましょう。

かぜ症候群

いわゆる「かぜ」で、ウイルスや細菌に感染することで起こります。症状としては鼻水や咳、のどの痛み、発熱、頭痛や悪寒などが起こります。また中耳炎や副鼻腔炎、急性気管支炎、肺炎などを起こす場合もあります。ウイルスの数が多いため、1シーズンに何度も風邪に罹ることもあります。安静と水分補給などを心がけ、早めに対処しましょう。

かぜの予防



RSウイルス感染症

RSウイルスが原因で感染します。症状は鼻水、咳などから始まります。一般に年齢が低い方が重症になりやすく、ヒューヒュー、ゼイゼイといった呼吸器の症状が強くなります。細気管支炎や肺炎などを起こすこともあります。RSウイルス感染症が疑われる時は早めに病院を受診しましょう。

感染性胃腸炎

乳幼児の感染性胃腸炎の主な原因はロタウイルス、ノロウイルスです。症状としては、嘔吐と下痢、腹痛、発熱などです。また、ロタウイルスに感染した場合には、便が白っぽくなります。嘔吐や下痢が続くため、脱水症状などを起こさないように注意が必要ですが、嘔吐が落ち着く前に水分などを与えてしまうと、すぐに戻してしまいますので、吐き気がおさまってきたら、様子を見て少しずつ与えていきます。感染力が強いので、嘔吐物やおむつの処理などには十分注意しましょう。(大人にもうつります)

冬のスキンケア



寒さの訪れとともに皮膚のトラブルが出てきます。カサカサ乾燥肌でかゆがって掻いてしまい、皮膚を傷つけてしまっていないか？子どもの皮膚は大人に比べ、2分の1から3分の1と薄く、乾燥しやすく刺激や摩擦に弱いためとても傷つきやすいです。適切なスキンケアをしていきましょう。

- 体はいつもきれいにしておきましょう。
- 入浴時、ごしごし洗うと表皮を傷つけるので、せっけんを泡立ててやさしく洗ってあげましょう。
- 体を拭いた後は、水分で潤っている10分以内に刺激の少ない保湿剤などで水分を閉じ込めましょう。
- 合成繊維でできた衣類は静電気が起きやすく、皮膚が刺激されてかゆみを生じます。直接肌に触れる部分は木綿の衣類の方が適しています。
- 毎日スキンケアをしても皮膚トラブルが改善されないときは、皮膚科を受診しましょう。

