



ほけんだより

12月号



冬場に気を付けたい感染症

インフルエンザ

【症状】急な悪寒や発熱（38～40℃）、全身のだるさ、筋肉痛が現れます。そのほか、腹痛や嘔吐、下痢などの症状がみられる場合もあります。発症後数日してから咳や鼻水がひどくなり、気管支炎を起こす場合もあるので、注意が必要です。

【注意するポイント】治療の基本は安静です。休養と栄養を十分取りましょう。発症後48時間以内に抗インフルエンザ薬を使用すると、発熱期間を短くすることができます。インフルエンザかどうかを判定するためには迅速検査がありますが、発症後少なくとも半日程度たたないと正確な判断ができないこともあります。

インフルエンザの出席停止期間について

出席停止の日数の数え方について、発症した日は数えずに、その翌日を第1日とします。必ず医師の診断を受けてください。

	発症日 (0日)	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱 0日	解熱 1日	解熱 2日	解熱 3日		登園 可能	解熱後3日たっても 発症後5日たたないと登園できません		
	出席停止									
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱 0日	解熱 1日	解熱 2日	解熱 3日	登園 可能		
	出席停止									
発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 0日	解熱 1日	解熱 2日	解熱 3日	登園 可能
	出席停止									

* 発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過するまで出席停止になります。

（参考文献：2012年厚生労働省「保育所における感染症対策ガイドライン」より）

「乳幼児特に3歳以下の場合、生まれて初めて罹患した可能性が高く、抗体を保有しない場合が多いため、ウイルスの排泄期間が長くなる可能性が指摘されています。

感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルスなど）-----

【症状】、潜伏期間は 1～2 日で、主な症状は嘔吐と下痢です。軽い場合は嘔吐だけ、下痢だけのこともあります。また、発熱や頭痛、腹痛が見られる場合もあります。便は、軟便から水様便までさまざまです。



【注意するポイント】ロタウイルスは 3 歳未満にノロウイルスはすべての年齢で見られます。また嘔吐や下痢がひどいと脱水症になることもありますので、水分補給を心がけます。嘔吐下痢の症状が治まり、普段の食事ができるまでお休みになります。感染性胃腸炎は嘔吐物や便中のウイルスが感染源となります。嘔吐物を処理するときは換気し、使い捨ての手袋やマスク、エプロンなどを身につけます。嘔吐物をふき取った新聞紙などは 0.1% 次亜塩素酸ナトリウム溶液を入れたビニール袋に入れ、密封して処分します。

RS ウイルス -----

【症状】4～5 日の潜伏期を経て、鼻水程度の風邪の症状が現れます。6 ヶ月未満の乳幼児は細気管支炎を起こし、急激に重篤になることがあります。

【注意するポイント】発症時は、咳・鼻水程度で、風邪とあまりわかりません。そのため感染している子が登園している可能性も高くなります。この時期、乳幼児で風邪症状がある時は、細気管支炎を起こしていないかなど、注意が必要です。

RS ウイルス感染症が疑われる時には、速めに医療機関を受診しましょう。

マイコプラズマ肺炎 -----

【症状】飛沫により感染し、2～3 週間の潜伏期を経て、発熱、全身倦怠、頭痛などの症状があらわれます。この病気の特徴的な症状である咳は 3～5 日後より始まることが多く、初めは乾いた咳ですが、徐々にひどくなり、解熱後も長期にわたって（3～4 週間）持続します。

今年は 4 年ぶりにマイコプラズマ肺炎が流行しています。

夜間に激しい咳が出たり、昼間の生活に支障があるほどの咳が出たりするときは受診しましょう。

