



ほけんだより

7月号



夏の感染症&皮膚トラブル

夏に多く見られる感染症や皮膚トラブル。予防を心がけていても、かかってしまうことがあります。そんな時の対処法を確認しておきましょう。

夏に多い感染症 **症状**

手足口病

【症状】手のひら、足や足の裏、ひじ、膝の周りや臀部に赤く細かい発疹や口の中、舌、喉の周囲に水疱ができます。痛みで水分や食事がとれなくなることもあります。ウイルスの種類によっては無菌性髄膜炎などの合併症を起こすこともあるため、注意が必要です。

【家庭では】脱水を起こさないように水分補給を心がけます。口の中を痛がる時は、刺激が少ない口当たりのよいものを与えます。発熱もなく食欲もあれば登園も差し支えありません。おとなにも感染するので注意します。

ヘルパンギーナ

【症状】急な高熱（38～40℃）が出て、2～3日続きます。のどの痛み、よだれが増える、食欲の低下、不機嫌などの症状が見られます。鼻水、くしゃみ、咳等はほとんどありません。

【家庭では】のどの痛みがうまく伝えられない乳幼児では、よだれが多いことも特徴のひとつです。のどの痛みにより、固形物を嫌がる時は、のどごしの良い食べ物や飲み物を与えます。熱が下がり、飲食が十分にできるようになるまでは、園は休ませましょう。



咽頭結膜熱（フェール熱）

【症状】急な高熱（38～40℃）が出て、のどの痛みやだるさがあります。目が真っ赤に充血し、首のリンパ節が腫れます。のどの奥が赤くなり、白っぽい分泌物が出ます。熱は3～4日続き、全身状態が良くなるまで1週間程度かかります。

【家庭では】安静にし、高熱やのどの痛みによる脱水に注意します。食事はのどごしがよく、やや冷たいもの、甘いもの（ゼリーなど）を与えます。主な症状（発熱、目の充血、のどの痛み）がなくなった後、2日を経過するまで登園できません。

伝染性膿痂疹（とびひ）

【症状】虫刺されやあせも、すり傷などに黄色ブドウ球菌などが入り込み、水ぶくれができます。水ぶくれが破れ、それをかいた手で、他の皮膚に触ると広がります。

【家庭では】浸出液が多い時や患部が広範囲な時は1～2日間、登園をひかえます。患部を覆うことができれば登園も可能です。水遊びもとびひの症状がおさまるまでひかえます。患部は石けんとシャワーで洗い流して清潔にします。抗菌薬を含んだ軟膏を塗ります。

伝染性軟属腫（水いぼ）

【症状】白色で水っぽい光沢のある1～5mm大の半球状の腫瘍で、表面は平たく中央に凹みがあるいぼが体にできます。数ヶ月から2年程度で自然に消失するといわれています。

【家庭では】こするとうつるため、わきの下や腕などは広がりやすいので注意します。また、タオルや玩具などを介してうつるため、共有はしないようにします。



皮膚トラブル

あせも

【症状】背中やひじの内側、首などに白や赤色の発疹が広がります。小さく白いものは1～2日で治りますが、赤いものは皮膚の炎症があり、かゆみをとまいません。

【家庭では】汗をかいたら、シャワーで流したり、こまめにタオルで拭いたりします。また、着替えさせます。また、あせもをかきこわさないよう爪は短く切ります。

虫刺され

【症状】蚊やブユなどに刺されると大きく赤くはれることがあります。かきこわさないようにします。

【家庭では】患部を石けんでよく洗い、市販の虫刺されやかゆみ止めの薬などをつけます。患部を冷やすとかゆみがやわらぎます。