



ほけんだより 11月号

令和6年10月30日
国立保育園
園長 中澤ゆう子
看護師 杉山

朝晩はとても寒くなり、冬の足音の近付きを感じます。これからはノロウイルス・RSウイルスなどの感染症が流行る時期です。様々な感染症はありますが、効果的な予防法はやはり丁寧な手洗いと、うがいです。普段の生活リズムを整えるのと同時に、改めて手洗い・うがいを徹底して感染症を予防しましょう。

感染症はどうやってうつる



接触感染

感染している人の皮膚や粘膜に触れたり、病原体がついたドアノブや手すりなどの物を触れた手で、自分の鼻や口に触れることで感染すること
(ノロウイルス・インフルエンザ・麻疹・風疹・水痘・新型コロナウイルス等)

空気感染

感染した人の口から飛び出した飛沫に含まれている病原体が感染性を保ったまま空気の流れに乗って拡散し、他の人がそれを吸い込むことで感染すること(とびひ・結核・麻疹・水痘等)



飛沫感染

咳やくしゃみ、会話によって飛び散ったしぶき(飛沫)に含まれる病原体を、近くにいる人が吸い込むことで感染すること(インフルエンザ・麻疹・風疹・手足口病・RSウイルス感染症・新型コロナウイルス等)



10月感染症報告

- ・手足口病(9月~10月末までに) 45名
- ・RSウイルス感染症 2名
- ・溶連菌感染症 1名
- ・マイコプラズマ肺炎 1名
- ・感染性胃腸炎 1名

11月の保健行事

7日(木) 歯科 予防教室(3.4.5歳児)

※前回歯科健診欠席者は健診も実施します

11日(月) 3.4.5歳児身体測定

12日(火) 1.2歳児身体測定

「マイコプラズマ肺炎」が流行っています!

次の症状がみられたら早めに受診を!

- ・ 咳、発熱、頭痛などの風邪症状がゆっくり進行する
- ・ 咳は徐々に激しくなり、数週間に及ぶこともある
- ・ 中耳炎・発疹をともなうこともあり、重症化することもある



もし、マイコプラズマ肺炎と診断されたら...

保育園はお休みしてください。

【登園の目安】 発熱や激しい咳がおさまっていること

かかりつけ医の「病状が回復し、集団生活に支障がない状態」との診断をうけてから登園ください。

【潜伏期間】 2~3週間 (潜伏期間が長いので、日頃からの感染対策が大事です!)

【感染対策】 飛沫感染対策、接触感染対策が有効であることから、手洗い、咳エチケットといった一般的な感染対策とともに、患者との長時間の濃厚な接触を避けることが推奨されます。

【感染しやすい期間】 適切な抗菌薬開始前から開始後数日間

【治療】 マイコプラズマに効果のある特定の種類の抗菌薬で治療することが大切です。悪化すると、たんが絡んだせきで眠れなくなったり、肺に水がたまって入院が必要になったりします。