



平成 30 年度 冬号

稲田保育園

朝夕の冷え込みもいちだんと厳しくなってきました。先月頃より川崎市内の学校や保育園ではお腹の風邪（おう吐や下痢を伴う風邪）が流行しているようです。稲田保育園でも今週に入り同様の症状で体調を崩す子どもが目立ち注意が必要です。

年末年始は外出する機会も多く、生活リズムも乱れがちです。インフルエンザの感染も心配な時期ですので、外出時の手洗い、うがいなどを積極的に行い、休み中も早寝早起きを心がけて規則的な生活リズムを崩さないようにしましょう。

新しい年に、また元気な顔に会えることを楽しみにしています。

年末年始、病気した時は・・・

・川崎救急医療情報センター

044-739-1919（オペレーターによる案内）

044-739-3399（音声ガイダンスによる案内）

急に病気になって、ケガをして困ったときに病院や医院の案内をしてくれる。

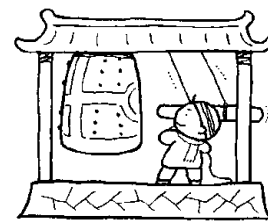
・北部小児急病センター（多摩休日夜間急患診療所内）・・・933-1120

<受付時間> 日・祝及び年末年始（昼間） 9：00～11：30、13：00～16：00

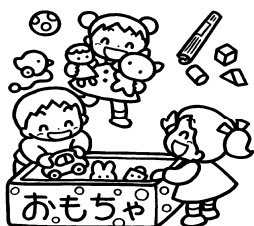
毎夜間 18：30～翌朝 5：30 ※夜間は毎日受け付けます

※ このほかに、「眼科当番医」と「耳鼻咽喉科当番医」があります。詳しくは上記の川崎救急医療センターにお問い合わせください。

※ 予め、かかりつけ医の休診日を確認し、多少でも体調面で心配事があるような時は、休診前にかかりつけ医を受診し、指示や治療を受けておいた方が安心かと思います。



少し早いですが...
良いお年を!



11月の感染症

★ 溶連菌感染症・・・1名

★ 流行性角結膜炎・・・1名
(はやりめ)



感染性胃腸炎

についてのお話です！



冒頭でお伝えしたように今週に入り保育園内では「おう吐」や「下痢」で体調を崩す子どもが増えています。受診をすると「お腹の風邪」・「胃腸炎」・「吐く風邪」といわれる事が多いようです。これらは感染力が強いことが多く、原因のウィルス（ノロウィルスやロタウィルス）によってはあつという間に家族内や集団生活で広がってしまいます。

配慮する事で感染の広がりを最小限に出来ますので以下の内容を参考に予防に努めましょう。

<症状>

- ・おう吐（年齢の低い子どもは腹痛等の前兆の症状を訴える事が出来ないので突然吐いてしまいます）
 - ・ムカムカ（胃腸の動きが鈍くなることにより、食べたものが胃の中に停滞したままで不快感があります）
 - ・腹痛（ウィルスに感染する事により胃腸の動きが不規則になります）
 - ・下痢（おう吐が落ち着いたくらいから下痢が始まることもあります）
 - ・熱（出る場合と出ない場合があります）
- ※ 食欲がない、顔色が悪いなどいつもと違う様子が見られたら、食事や水分は無理に摂らせず様子を見てください。



<治療>

- ・特効薬はなく対症療法（症状を和らげる薬）で回復するのを待ちます。

<感染予防>

- ・感染者のおう吐物や便から飛沫感染します。ウィルスは目に見えないため気がつかないうちに広がってしまいますので、嘔吐の際は手袋とマスクを着用し処理するようにしてください。衣類の消毒については11月号の健康便りを参考にしてください。
- ・規則正しい生活、手洗いとうがいは当たり前でありながら最も大切で予防に効果があります。体調が悪いと病気につけ込まれやすくなります。



<食事と水分>

- ・この病気は無理に食事や水分を摂ると、嘔吐や下痢の症状が悪化し、脱水症状をきたす場合があります。医師の指示に従って食事を進めてください。
- ※ 消化の良いものを食べるように指示が出た場合→1月の「きゅうしょくだより」を参考にしてください。

<その他>

- ・病後の登園は・・・受診時に医師に確認してください。

嘔吐はもちろんのこと、排便状態、食欲なども通常の状態に戻ってから登園してください。

また、嘔吐した翌日はお休みをして一日嘔吐や下痢が見られないことを確認してください。

