



7月号



こんな病気に注意！

気管支炎・咽頭炎

アデノウイルス

結膜炎

など

ほけんだより

令和7年7月 病児・病後児保育室「いよこすまいる」

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は、特に注意が必要です。喉がかわいていなくても、水分をこまめにとるようにしましょう。

咽頭結膜熱(プール熱)

プールを介した感染率が高いことから「プール熱」と呼ばれています。

夏かぜの一種(アデノウイルス)で感染力が強く、唾液や鼻水、目やに、便などが感染源で、38～39℃以上の高熱、喉の痛み、体のだるさ、結膜炎といった症状の他に、頭痛、腹痛、下痢などの症状が出ることもあります。

感染した場合は、休むことが義務付けられています。

プール遊びの前後にはしっかりとシャワーを浴び、タオルを共用しないなどの対策が必要です。



プールで感染しやすい病気

熱中症に気をつけましょう



乳幼児は体も小さく、自ら意思表示をして水分をとることが難しいので、脱水症や熱中症にならないよう、周囲の大人が気をつけましょう。熱中症は、炎天下だけでなく、湿度の高い室内でも起こり得ます。通気性のよい服を着せ、こまめに水分を与え、外出時にはきちんと帽子をかぶらせるなどしましょう。体調の変化に気をつけ、暑い夏を健康に乗り切りたいですね。



流行性角結膜炎

アデノウイルスの感染で起こる、結膜炎の中でも一番典型的な病気で、1～5歳によく見られます。潜伏期間が8～14日と長く、目の充血、多くの目やに、涙に加え、耳のあたりのリンパ節の腫れや痛み、発熱などを伴います。感染力が強いので、発症したら医師の指示に従い、許可を得てから登園するようにしましょう。

症状は発病してから1週間くらいがピークですが、完治には2～3週間かかります。感染力も強いので、タオル、ティッシュペーパー、洗面器など、顔に触れる物の共有は控えましょう。



虫刺され・植物かぶれ

虫刺されも、植物かぶれも、まず絶対にかかないことが大切です。かいてしまうと傷から菌が入り悪化したり、とびひになったりすることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまうので、十分に気を付けましょう。

蚊

こどもの場合、蚊に刺される免疫が少ないため、水ぶくれができることもあります。

刺されたら患部を洗い、30分以内に炎症をとる薬をぬると症状が軽くて済みます。

毛虫

毛が皮膚に刺さり炎症を起こした場合、セロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れ軽症で済むことがあります。

また、直接さわらなくても毛が皮膚にさわるだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。



植物かぶれ

植物の中には、発疹や水ぼうなどを起こすものもあります。症状が出た場合、患部をさわって広がらないように衣類を着替えたり、患部を流水で流し、かゆみ止めなどを塗ったりしましょう。水ぼうは清潔なガーゼで覆います。患部が広がったり、かゆみが治まらなかったりする場合は受診しましょう。

ムカデ・ハチ

刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫にさされたことがあり、気分が悪い、息苦しいなどの場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるため、早急に受診しましょう。

ダニ

市販の虫刺され用の薬で効果があります。人によってはアレルギーなどで、全身に発疹が広がったり、ぜんそくや皮膚炎を引き起こす場合もあるので、その場合は受診しましょう。