病児保育室とう太通信

vol.3

第3回目の巡回支援では、「エチケットマスク」についてお子様に指導をさせてもらう予定です。また、先生方には「インフルエンザについて」詳しいお話をさせていただきます。

今回のとう太通信では、毎年12月から3月に流行する**「インフルエンザについて」**第3回目の巡回支援より少し早く、保護者の皆様にお伝えいたします。

インフルエンザはどんな病気？

インフルエンザウイルスの感染によっておこる病気です。38℃以上の発熱、関節痛、体のだるさなどに加え、風邪の様なのどの痛み、咳・鼻水といった症状がみられます。

また、小児・未成年のお子様ではインフルエンザにかかることで、急に走り出す・部屋から飛び出そうとする・うろうろ歩き回るなどの異常行動をおこすことがあります。

インフルエンザと診断されてから少なくとも2日間はお子様が一人にならないような配慮が必要です。

インフルエンザの検査は？

インフルエンザ検査は綿棒で鼻の奥にある鼻水を採取して検査するので苦痛を伴います。ただし、熱が出てからすぐに検査してもインフルエンザの反応が出ないことが多くあります。

熱が出てから半日以上経てば、はっきりとインフルエンザの反応が出ることが多いです。症状が出てからあまりにも早すぎる受診はお勧めしません。

インフルエンザの治療は？

発熱や風邪症状に対しては、解熱剤や去痰薬などの症状を緩和させる薬が処方されます。

抗インフルエンザウイルス薬を投与することで、発熱期間が1～2日短縮され、鼻やのどからのウイルス排泄量も減少しますが、このような薬は必須ではありませんので処方については医師と相談してください。

◎抗インフルエンザウイルス薬を服用しても、脳炎や脳症といった重篤な合併症を予防するという明確な報告はありません。

◎インフルエンザにかかった際は、抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無に関わらず、異常行動が報告されています。

※厚生労働省：平成 29 年度インフルエンザ Q&A より

学校保健安全法により出席停止期間が決まっています

未就学児…発症日から5日以上経過し、かつ3日（72時間）以上解熱していないと登園できません。

発症日	1日経過	2日経過	3日経過	4日経過	5日経過	6日経過	7日経過	8日経過	9日経過
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
発症	解熱					登園可			
		解熱				登園可			
			解熱				登園可		
				解熱				登園可	
					解熱				登園可

※就学児の場合…発症日から5日以上経過し、かつ2日（48時間）以上解熱していないと登校できません。

＊出席停止期間内は周りの人にインフルエンザをうつす可能性があるため、お友達と遊んだり外出したりすることは控えましょう。

裏面もご覧ください

インフルエンザの予防方法は？

◎インフルエンザ流行前の12月中旬までにワクチン接種を2回終えることが望ましいと考えられます。ワクチンを接種すればインフルエンザに絶対かからないというものではありません。しかし、インフルエンザの発症を予防することや、発症後の重症化を予防することに関しては一定の効果があるとされています。

＊生後6ヶ月からワクチン接種できますが、1歳未満の乳児に関して「ワクチンに効果がある」という根拠に乏しいため、接種を希望される際はかかりつけの先生のご意見も参考にして下さい。

◎乳幼児をインフルエンザウイルスの感染から守るためには、ワクチン接種に加え、家族や周囲の大人たちが手洗いや**咳エチケット**を徹底することや、流行期間は人が多く集まる場所に行かないようにすることなどで、乳幼児がインフルエンザウイルスへ暴露される機会を減らす工夫も大切です。

咳エチケット

咳やくしゃみを他人に向けて発しないように心がけること。咳やくしゃみがでるときはできるだけマスクを着用し、とっさの際にマスクがない時はティッシュや手のひらで口と鼻を覆い、顔を他の人に向けないようにする。ティッシュはすぐにごみ箱に捨て、すぐに手を洗うこと。

インフルエンザにかかったかもしれない時はどうしたらいいの？

◎人混みや繁華街への外出を控え、無理して幼稚園や保育園に行かないようにしましょう。咳やくしゃみの症状がある時は、家族や周りの人にうつさないようにマスクを着用しましょう。家庭での食器やタオル、おもちゃの共有は避け、手洗いや手指消毒を行いましょう。

◎安静にして休養をとりましょう。特に睡眠を十分にとることが大切です。また、水分･栄養補給を十分に行いましょう。

こんな症状がある時は早く受診しましょう

- □ 手足を突っ張る、がくがくする、眼が上を向くなどのけいれん症状がある
- □ ぼんやりしていて視線が合わない、呼びかけに答えない、眠ってばかりいるなどの意識障害の症状がある
- □ 意味不明なことをいう、走り回るなどいつもと違う言動がある
- □ 顔色が悪い　唇が紫色をしている（チアノーゼ）
- □ 時計の秒針より速く呼吸をしていて息苦しそう
- □ ぜーぜーと肩で呼吸をする、全身の力で息をしている
- □ 「胸が痛い」「呼吸が苦しい」と訴える
- □ 水分がとれずに半日以上尿がでていない
- □ 頻繁に下痢やおう吐が見られる

出席停止期間が過ぎた後も、咳や鼻づまりで寝苦しい日が続くときや、食欲が戻っていない時には無理をして登園すると新しい風邪をもらいやすくなります。そんなときはおうちでゆっくり休ませてあげてください。

「仕事が休めない」「見てもらえる人がいない…」といった時には病児保育室とう太をご利用ください。

▼ インフルエンザの方も利用できます ▼

病児保育室とう太　併設 うえだこどもクリニック UEDA CHILDREN'S CLINIC

〒520-2331 野洲市小篠原869番地1　077-596-3751

↑web予約受付はコチラから