

ほけんだより

福山市保健福祉局児童部保育課発行

2015年(平成27年)12月号

感染性胃腸炎が保育園でも増える時期となりました。体調を崩しやすい時期なので、健康管理には十分気をつけてください。

今月はこれからの季節流行しやすい感染性胃腸炎について紹介します。



★感染性胃腸炎について★

【感染性胃腸炎ってどんな病気なの?】

ウイルスや細菌が原因で腹痛・嘔吐・下痢を起こす病気の総称です。

原因となるウイルス・症状は次の表をご覧ください。

アデノウイルスによる胃腸炎は、年間を通じて散発的に見られますが、

ロタウイルスによる胃腸炎は、圧倒的に冬季に集中しています。

感染経路のほとんどが糞口感染(経口感染)です。

原因ウイルス	症 状
ロタウイルス	嘔吐・下痢。乳児ではけいれんを起こすことがある。下痢は平均5～6日持続し、 <u>白色から淡黄色水様便</u> が特徴。発熱は3割～8割にみられる。
アデノウイルス	嘔吐・下痢。症状持続は9～12日と長く、白色から黄白色水様の便が見られることもある。
ノロウイルス	嘔吐・下痢・腹痛・吐き気。下痢は平均1～2日持続し、 <u>軽度の発熱を伴う場合</u> もある。

【予防方法は?】

I: せっけん手洗いをしましょう。

特に排泄の後・食事の前・外から帰った時には忘れずにしましょう。

水も冷たくなり、手洗いもつらくなる季節ですが、せっけんをよく泡立てて流水で30秒以上手洗いをしましょう。家庭でもせっけん手洗いをするようにしましょう。(どんぐりころころの歌の1番が約30秒です)

II: 規則正しい生活(はやね・はやおき・朝ごはん)を心がけましょう。

食生活ではバランスよく好き嫌いせずに食べましょう。

III: 外から帰ってきたら、うがいをしましょう。

口の中やのどの粘膜を洗浄することで、ウイルスを取り除く働きがあります。



Ⅳ：定期的にトイレ・手洗い場の水道の蛇口の消毒もしましょう。

Ⅴ：タオルの共用はしないようにしましょう。

Ⅵ：部屋の換気を1時間に1回はしましょう。

寒くなる時期ですが，部屋の2ヶ所を開け，空気の通り道をつくりましょう。

★1歳6か月児・3歳児健康診査を受けましょう★

乳幼児期に形成された人格や生活習慣は，その後の人生に大きな影響を与えます。子どもは周りの人をよく見ており，親や家族などの影響を非常に受けやすい時期です。その一方で，親は育児による負担が多くストレスなどが生じやすくなります。

★ 対象者には個人通知をしています。

★ 転入などで受けていない児も対象年齢であれば受けられます。

