

猛暑が続いています。子どもたちは、暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分の補給には十分に気を配りましょう。また暑いと体力が落ちて食欲がわかないことや、つい冷たいものばかり食べてしまうことがあります。暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりとご飯を食べられる工夫をしましょう。

7月の感染状況 胃腸炎3件 手足口病2件 RSウイルス感染症3件 新型コロナウイルス感染症(園外)2件

7月に入り当園では現在のところ特定の感染症の拡大はみられていません。しかし6月より吹田市では、RSウイルス感染の報告件数が増加しています。一昨年は年間を通じて報告数が少なく翌年は流行時期が不規則で、報告数は過去最多となりました。今年も引き続き注意していく必要があります。RSウイルス感染症は2歳までにほとんどの子どもが罹るといわれていますが、昨年は2歳以上の割合が高かったことが特徴です。早めの受診と回復をこころがけましょう。

効果的なマスクの使い方について

感染している人が咳やくしゃみをする時の飛沫でウイルスが出ていくのでそれを抑えるためにマスクでしっかり覆われていれば周りに広がらない効果があります。マスクで鼻や口をしっかりと覆っていると病原体が入り込みづらいイメージがありますが、着けている人と着けていない人を比べてインフルエンザ、あるいはインフルエンザのような症状発症率に明らかな差はないという研究は多いです。ドアノブや手すりに触れウイルスが付着した手で無意識に鼻や口に触れるのを予防はできますが、マスクをつけっぱなしで例えば満員電車で咳を浴びたりしてマスクの表面にウイルスや細菌で汚染されている場合、それを触り、目や鼻を触ったりすることで病原体が侵入しやすい状況になります。冬場は鼻や喉の乾燥を防ぐ加湿効果も期待できますが、夏場は熱中症のリスクも高まります。マスクはこまめに適切に使用すれば効果はあるかもしれません。

RSウイルス感染症

★早めの受診が肝心です

4～5日の潜伏期間の後、鼻水や咳からはじまり、ヒューヒューという“喘鳴”があるなど呼吸器症状が強くなります。熱がないこともあります。通常は1週間前後で回復しますが、なかには肺炎や気管支炎を発症する子どももいます。終生免疫はないので、再感染を繰り返します。

手洗い・うがい(乳児は外から帰ったら水を飲ませる)をしっかりと行い予防しましょう。症状が軽い場合は、かぜを引いた時と同様、水分補給、睡眠、栄養、保温に注意し、安静にして経過を見ます。脱水気味になると、痰の粘り気が増して吐き出すのが困難になるので、水分をこまめに与えましょう。

▽肌の保護作用を高める▽

あせも、とびひ、水いぼは夏場お子さんに多い肌トラブルです。これら共通することは汗をかいて、肌が蒸れたり汚れたりして肌の状態が良くない場所にできます。よって対処法についても共通するところが多いです。肌のバリア機能を保ち炎症やウイルスや細菌の侵入を防ぐようにしましょう。日々のケアが経皮感作(アレルゲンが皮膚のバリアを通過して表皮や真皮に侵入することによる免疫反応)のリスクを減らしアトピーや食物アレルギーを予防することができます。



お風呂では石鹸を泡立て手で洗い皮脂汚れをとります。皮膚の汚れを取り続けることがスキンケアの基本です。首の下、肘の折れ曲がる場所、膝の裏、脇の下、オムツの中など蒸れやすく皮膚が密着する場所を意識して洗いましょう。

皮膚の汚れをとり清潔にしたら保湿剤(小児科推奨のもの)を適切に使って皮膚のバリア機能を補いましょう。お子さんのお肌を観察し乾燥しやすい場所と蒸れやすい場所を把握し保湿しましょう。

