

てつなぎ

保健だより

今年は例年よりも梅雨明けが早く、あっという間に真夏のような日差しが降り注ぐようになりました。子ども達は室内にいても水分補給をしながら過ごしています。

これから本格的な夏に向けてレジャーを計画しているご家庭も多いのではないのでしょうか。外出先で注意したいのは虫刺されや、熱中症、紫外線などいろいろありますが、今月はとびひと熱中症についてお話をしたいと思います。



夏になるとどこからともなくやってくる蚊。嫌ですよ。その蚊に刺された時の耐えられない痒み、思わず掻きむしって悪化させたことはありませんか？特に子どもは我慢できず掻きむしるので『とびひ』になりやすいのです。



とびひとは 伝染性膿痂疹（でんせんせいのうかしん）

虫刺されやあせもなどを掻いたり、ケガでできた傷口から黄色ブドウ球菌や、溶血性連鎖球菌などの細菌が感染することで発症します。触るとうつって、火事の飛び火のようにあっという間に間に広がる事から、「とびひ」と言われています。

○病院に行くタイミング○

症状がひどくなると長期間治療を行う必要や、跡が残る場合があるので、少しでも水ぶくれを発見したらすぐに皮膚科や小児科を受診するようにしましょう。

○治療方法○

感染している細菌に効く抗生剤の飲み薬や塗り薬が処方されます。処方された薬は自己判断でやめずに最後まで飲み切るようにしましょう。



○予防○

- ・ こまめに手洗いをおこなう（爪も短く切りましょう。）
- ・ 鼻の穴に指を入れない（鼻の入口には様々な菌が常在しています。）
- ・ 野外で遊ぶ時は虫除けスプレーを使う
- ・ 野外で遊ぶ際には長袖長ズボンを履かせる

○登園○

患部をガーゼや包帯で覆っていれば登園可能です。

○水遊び○

掻きむしったところの滲出液、水泡内容などで次々にうつります。患部が濡れたり、触れたりすることで症状が悪化します。他の人にうつす恐れもありますので、水遊びは治るまでは出来ません。

(jspd.umin.jp/qa/02_tobihhi.html)

(<https://www.nippori-iin.jp/archives/2244>) 参考

熱中症



熱中症とは、主に初夏から夏にかけて環境に体が適応できないことで起こる様々な症状の総称です。晴天時の暑い時だけでなく、湿度の高い時（梅雨など）も起きやすく、高温多湿である梅雨明けの暑い時が最も発生リスクが高いです。

I 度 [軽症]	<input type="checkbox"/> めまい <input type="checkbox"/> 立ちくらみ <input type="checkbox"/> 筋肉痛（こむら返り、足がつるなど） <input type="checkbox"/> どんどん汗をかく <input type="checkbox"/> 手足のしびれ <input type="checkbox"/> 気分不快感	 しびれ ヨロヨロ	<ul style="list-style-type: none">● 意識障害なし● 通常脱水はなく、熱も上がらない
II 度 [中等症]	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> 吐き気 <input type="checkbox"/> 嘔吐 <input type="checkbox"/> だるさ <input type="checkbox"/> 疲れ	 しびれ	<ul style="list-style-type: none">● 発汗あり● 体温は正常～40度未満。● 意識障害なし● 夏に流行する胃腸炎などの感染症と紛らわしいことがある
III 度 [重症]	(IIに加えて) <input type="checkbox"/> 呼びかけへの反応がおかしい <input type="checkbox"/> けいれん <input type="checkbox"/> 真っすぐ走れない <input type="checkbox"/> 異常な高体温 <input type="checkbox"/> 肝臓や腎臓の障害など（血液検査でわかります） <input type="checkbox"/> 汗が出なくなる（発汗停止）	 しびれ	<ul style="list-style-type: none">● 発汗停止● 異常な高体温

応急処置

1. 涼しい場所に移動し、あお向けに寝かせる。
2. 服をゆるめ、保冷剤やタオルで首・わきの下・太ももの付け根など太い血管の部分を冷やします。肌に水をかけたり、濡れタオルなどで拭き、厚紙などであおぎます。
3. 水分補給

※症状が改善しない場合は受診をしましょう。また、III度の可能性がある場合は救急車を呼んでください。

(<https://machidake.com/>より抜粋)



6月の様子

今月は天気の変化が大きく風邪症状のお子さんが多かったです。また先月末から今月のあたまにかけて嘔吐下痢の流行がありました。早退や自宅療養などご協力ありがとうございました。現在も全国的にコロナの感染者が出ています。熱がある、体調がいつもと違うなどありましたら、無理をせず自宅でお過ごしください。（山崎 弘美）