

少年写真新聞 2012年(平成24年)11月8日発行
 Juniors' Visual Journal 第345号付録©少年写真新聞社2012年
 ※著作権法により、本紙の無断複写・転載は禁じられています。

ほけん ニュース



株式会社 少年写真新聞社
 〒102-8232 東京都千代田区九段南4-7-16 市ヶ谷KITビル1
 http://www.schoolpress.co.jp/

★定期刊行物は終わる期間を予定していない刊行物ですから、年度が変わりましても、購読中止のお申し出がない場合、引き続きニュースをご送付申し上げます。

冬に注意したい 感染症

新潟県上越市 塚田こども医院

院長 塚田次郎

もうすぐ冬。厳しい季節がやってきます。そして子どもたちの中でいろいろな感染症が流行する季節です。特に注意が必要な感染症について、お話をします。

●インフルエンザ

症状の強さ、流行の激しさなどから、もっとも問題になるのが「かぜの王様」と呼ばれているインフルエンザです。

寒気、だるさなどを伴って急に高熱になります。頭痛、関節痛、筋肉痛なども伴います。ぐったりして、大きな子でも歩けなくなるほどです。鼻水やせきは後から出てきます。

伝染力が強く、唾液などが飛び散って感染させてしまうので、熱やせきがある時にはマスクをします(せきエチケット)。こまめにうがいや手洗いをし、お互いの予防に努めてください。あらかじめワクチンを受けておくことも大切です。

もしインフルエンザにかかったと思ったら、早めに受診を。迅速検査、抗インフルエンザ薬などを使つての診療体制は、日本はとても充実しています。

本人のためにも、感染を広げないためにも、しっかりと休養をとってください。学校感染症の扱いでは発症から5日以上たち、解熱して2日(幼児では3日)以上たつまでは出席停止です。

肺炎、熱性けいれん、脳症、異常行動などの合併症もあります。お子さんのようすをよく見ていてください。

●感染性胃腸炎

「おなかのかぜ」ともいわれていて吐いたり下痢をしたりする感染症です。おもなウイルスは2つ。「ノロ」と「ロタ」です(ノロは秋から冬に、ロタは冬から春に流行します)。

腹痛と共に急に吐き出すことが多く、そのまま吐き続けていると脱水状態が心配です。しかしすぐに飲んだり食べたりするとまた吐くので、落ち着くまで少し待ってください。

水分は水や白湯など薄いものを少量ずつから。数時間から半日たってもまだ受けつけず、ぐったりしているようなら点滴治療が必要かもしれません。早めに受診をしてください。吐いたものや下痢便の中に大量のウイルスがいますので、その始末はていねいに。マスクや手袋をし、床などをしっかり水ぶきしてください(アルコールは効果がなく、薄めた塩素系漂白剤を使います)。

「胃腸炎関連けいれん」といって、脱水もなく、胃腸炎症状は軽いのにけいれんを起こすお子さんがいますので、注意をしてください。

●冬の健康づくり

手洗い、マスク、うがいなどは感染症の予防の基本です。面倒がらずにきちんと行ってください。また、普段から生活習慣をととのえ、食生活にも配慮しててください。大いに体を使って遊んだり運動したりすることも大切です。体力と気力をしっかりとつくって、かぜなどに負けず、冬も元気にすごしてください。