

病児・病後児保育室「愛あいルーム便り」

平成29年 1月発行

新年あけましておめでとうございます！

今年も子どもたちが安心して過ごしながら、少しでも早く元気になるように保護者様の子育てをサポートしていきたいと思っております。本年もよろしくお願いいたします。

日ごとに寒さも増し、感染症が猛威をふるう季節となりました。12月から「感染性胃腸炎」の流行がみられています。「マイコプラズマ肺炎」も引き続き注意が必要です。年末から「A型インフルエンザ」の発症情報もみられました。流行期に入ったので、手洗い、うがい、マスクの着用を徹底しながら、病気に負けないように体調管理を心がけていきましょう。



インフルエンザとは？

特徴：突然の高熱が特徴。インフルエンザウイルスの飛沫感染によって感染します。突然38～39度の高熱が4日ほど続き、熱が下がりはじめると、咳と鼻水が出ます。こじらせると肺炎や中耳炎、脳炎などの合併症を起こします。急な発熱が特徴なので、朝熱がなくても、昼間急に熱が上がることもあるので気をつけて下さい。

潜伏期間：通常1～3日、長い場合1週間程度

診断と治療：鼻に綿棒を入れてこすり、その綿棒と試薬を使ってインフルエンザウイルスを検出します。反応によって迅速にAかBか診断します。抗ウイルス剤(タミフル、リレンザ、イナビル)を使用。ウイルスが増殖するのを抑えると言われてはいますが、48時間以内に使用しないと効果が得られません。医師の指示通り最後まで使用すること、急性期に目を離さないことに注意し、異常行動が出現した場合は、医師に報告して指示に従ってください。

食事・水分補給：高熱が続くことによる脱水症状を防ぐため、スポーツドリンク、りんごジュース、重湯、野菜スープなど塩分、糖分、でんぷん質を含んでいる水分を補給するようにしましょう。体温が高いと消化吸収が悪くなるため、油の多い物や乳製品は避けましょう。

その他：解熱剤は小児科医師が処方した解熱剤(アセトアミノフェン系、製品名：アルピニー、アンヒバ、カロナールなど)を使用しましょう。

※インフルエンザ脳症との関係が指摘されている解熱剤は避けます

解熱している際、疲れない程度に汗をながすように入浴しても大丈夫です

元気がなくなった、何度も吐く、咳で夜眠れない、高熱が続くなどの変化がある場合は、早めに再受診しましょう。また痙攣を起こしたら至急、病院を受診してください！

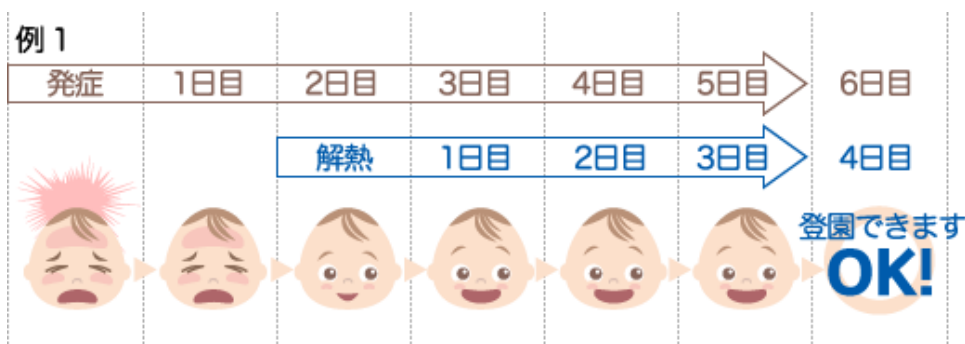


登園の目安: 登園の目安は、インフルエンザ発症後、幼稚園または保育園へ登園可能になるには下記の2つの条件を両方、満たさないとはいけません。

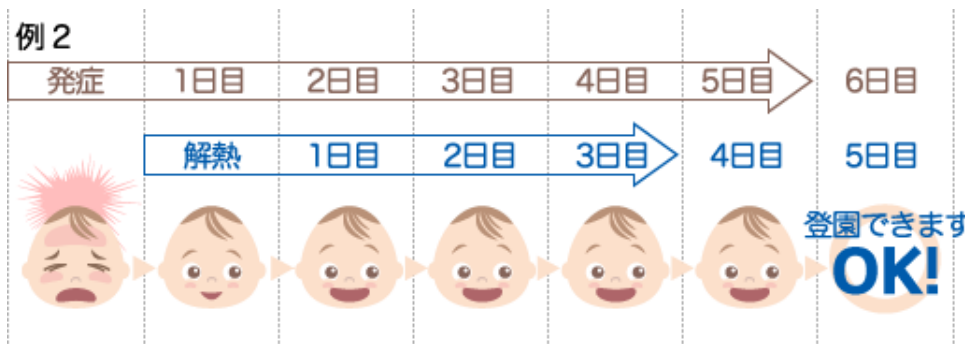
- ・解熱後3日が経過していること(小学生は、解熱後2日が経過していること)
- ・発症後5日が経過していること

※発症とは発熱の症状が現れたことを指します。日数の数え方は発熱が始まった日は含まず、翌日からを発症第1日目と考えます。

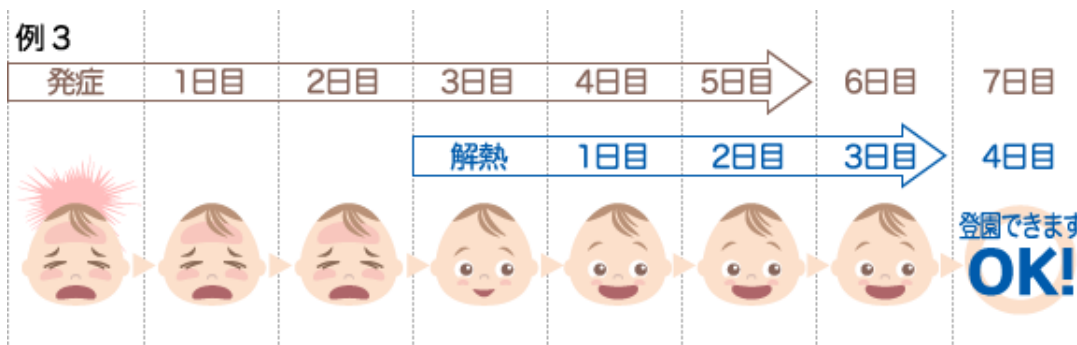
幼稚園児・保育園児の場合



発症後6日目に登園できます!



解熱して3日経過しても、発症後5日が経過していない為、登園できません。発症後6日目に登園できます!



発症後5日が経過していても、解熱後3日が経過していない為、すぐには登校できません。発症後7日目に登園できます!

※園児の年代はまだ免疫機能が未熟なため、ウイルスの増殖期間が長い、と言われています。また保育園は学級閉鎖が出来ないこともあり、長めに設定されています。

ノロウイルス感染症とは？

流行期: 冬期に多発し、11月頃から流行がはじまり12～2月にピークを迎えますが、年間通して発生します。原因ウイルスであるノロウイルスの増殖は人の腸管内のみですが、乾燥や熱に強いうえに自然環境下でも長期間生存が可能で、感染力が非常に強く、少量のウイルス(10～100)でも感染・発症します。長期免疫が成立しないため何度でもかかります。

特徴: 主に「腹痛・下痢・吐き気・嘔吐」の症状を引き起こします。潜伏期間は12～48時間です。発熱は約37～38℃の軽度で、発症後、通常であれば1～2日程度で症状は治まります。下痢は水様性で、重症例では1日に十数回も見られますが、通常は2～3日から1週間で治まります。症状が治まっても長期間に排便からウイルスは排出されます。ノロウイルスは「ノンエンベロープウイルス」というアルコール消毒剤や熱に対する抵抗力が高いウイルスで、一般的にアルコール消毒がききにくい傾向にあります。

対処法: ノロウイルスには有効な抗ウイルス剤がなく、対症療法が行われます。特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者が感染すると、「脱水症状」になりやすいので、症状が少し落ち着いた時(嘔吐して30分以上あけて)に、(塩分や糖分の入った)少しずつ水分補給を行ってください。乳幼児の場合、ジュースや牛乳などの濃い飲みものを与えたり、一気に飲ませると吐き戻してしまうことがありますので注意してください。下痢だけになったら便の様子をみて消化の良いものを与えてください。

《水のような便の時》スポーツ飲料・野菜スープ・味噌汁・重湯・リンゴすりおろしなど

《ドロドロの便の時》豆腐・パン粥・ベビーせんべい・ウエハース・バナナの裏ごし、人参やカボチャの煮つぶしなど

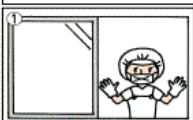
《やわらかい便の時》おかゆ・うどん・白身魚の煮つけ・卵・鶏のささみ・野菜の煮つけなど

症状のない「不顕性感染」に要注意！

ノロウイルスに感染したにもかかわらず、嘔吐などの特別な症状が出ないまま便中にウイルスを排出することがあります。これを、「不顕性感染」と言います。無症状であっても、身近な人に症状がある場合は自身も感染している可能性があるため、無自覚のまま感染源となる場合があります。食品を取り扱う方などは特に注意が必要です。

『おう吐物の処理方法』

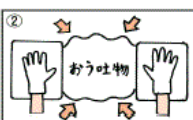
感染者を増やさないために、おう吐物処理者も、周りの人も感染しないようにしましょう。



① 窓を開けて換気をよくし、手袋・マスクを着用する。
〔感染拡大防止のため〕



④ 汚物が入った袋と使い捨て手袋をビニル袋に入れて口を縛り廃棄する。



② 使い捨ての布やペーパータオルで中心部へかき集めるようにしておう吐物を拭き取り、ビニル袋に入れ口を縛る。



⑤ 終了後は、必ず手を洗います。
2度洗いが有効です。



③ 1000ppm 消毒液を浸したタオルで10分間覆い(ノロウイルスを失活させる。)、その後、水拭きする。畳、カーペット等消毒液を使用出来ない場合は、熱湯・スチームアイロンをかけることも有効です。〔85～90℃90秒間以上加熱〕

1000ppm 消毒液: 500mLのペットボトルに次亜塩素酸ナトリウム(6%)をペットボトルのキャップ2杯入れ、水を加えて500mLとする。(次亜塩素酸ナトリウムの使用に当たっては表示されている「使用上の注意」を確認しましょう。)



「すばやく」
「適切に」
処理して、感染を
防ぎましょう！

