



# ほけんだより 10月号

## インフルエンザ

例年より早く福岡県内でインフルエンザの流行の兆しがみられます。急に高い熱が出て、ぐったりして元気がないときは、普通の風邪ではなく、インフルエンザかもしれません。

インフルエンザは感染力が強く、子どもたちの間で流行しやすいため、登園できない期間と、登園を再開できる目安が決められています。感染拡大を防止するために、医療機関の受診をお願いします。

### 登園再開のめやす

インフルエンザ発症後5日を経過し、かつ解熱して、3日が経過していること。  
※ 医師の指示に従ってください。

### インフルエンザの初期症状

- ・ 急に  $38^{\circ}\text{C}$  以上の発熱
- ・ 発熱に続いて咳や鼻汁など
- ・ 倦怠感や関節痛など全身症状
- ・ 子どもは「だるい」と言えないことが多い  
「元気がない」「きげんが悪い」が倦怠感のサイン
- ・ 下痢や嘔吐をともなうことがある
- ・ 症状の進行スピードが早い



### 医療機関の受診

発症直後は、正しい結果が出ないことがあります。いつから、どんな症状が出たか、身近に同じ症状の人や、感染者がいないかなどの、状況を医師に伝えましょう。

インフルエンザの薬（タミフル）はウイルスが増えることを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。元気になるまでしっかり休みましょう。

最近、保育園で「とびひ」と診断された子どもたちがいます。  
「とびひ」が疑われる場合は、早めに医療機関を受診してください。



### とびひは皮膚の感染症のひとつ

搔きむしった傷などに細菌が感染して発症します。症状は水泡や、びらん（水疱が破れてじゅくじゅくしている状態）分厚いかさぶた、痒みなどです。蚊に刺されて搔きむしり、とびひになるケースが多く見られます。感染力が強く、傷を搔いた手で他のところを触っていくと、「飛び火」のようにどんどん広がっていきます。放置したり間違った治療をするとすぐに悪化し、治りづらくなります。

### 「とびひ」にならないために

傷の清潔を保つのが大切です。とびひになりそうな傷があれば絆創膏やガーゼで覆い、入浴の際によく泡立てた石鹼で優しく洗って下さい。搔きむしらないように爪を短く切るのも大切です。水疱が出来たり、傷が悪化したり、痒くて我慢できずにつまみじかきたいせつすいはうに触ってしまう場合は医療機関を受診してください。

