

やっと秋らしくなってきました。過ごしやすく感じますが、寒暖差や乾燥から、体調を崩しやすくなります。これから、少しずつ寒くなります。今回は、「インフルエンザ」や「ウイルス性胃腸炎」など、寒い時期に流行しやすい病気についてご紹介します。

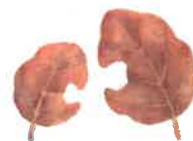


〈インフルエンザ〉

インフルエンザはよくご存じだと思いますが、高熱や咳、鼻水、下痢などの症状が見られます。風邪症状に似ています。また、子どもの場合は脳症や心筋炎などの合併症が起こりやすいので、注意が必要です。嘔吐や痙攣、意識レベルの低下などの様子が見られたら、すぐ病院に行きましょう。

インフルエンザのワクチンは、11月中には受けるほうがと良いとされています。赤ちゃんの場合は、生後6か月から受けることができます。かかりつけ医に相談してみましょう。

〈ウイルス性胃腸炎〉



保育園などでは、「感染性胃腸炎」という名前でよく耳にするとおもいます。ウイルスに感染して、胃や腸に炎症を起こす病気で、「お腹の風邪」と言われることもあります。

代表的なものは、「ロタウイルス」、「ノロウイルス」、「腸管アデノウイルス」などがあります。

乳幼児が冬場に嘔吐や下痢をした場合、まず疑うのが「ロタウイルス」の感染です。発症後、少なくとも1週間は便にウイルスが残っています。嘔吐や下痢の症状が見られる場合は、通園している施設で流行っている病気がないか聞いてみましょう。



〈おすすめの絵本〉

「病気」とは何なのか…。子どもたちにも分かりやすい絵本を紹介します。小さいうちから触れることで、大きくなってから「今日の自分の体調」に気づいたり、体調不良を大人に伝えたりできるようになるかもしれません。

「ノンタン はっくしょん！」 / 大友幸子

風邪をひいたノンタンが、くま先生に具合を見てもらいに行きます。くま先生がノンタンの胸をもしもししたり、のどに薬をちょんちょんと塗ったりします。1歳頃から見ることができ、簡単な絵本です。



「おばけ びょうきになる」 / ジャック・デュケノア



おばけのアンリが病気になります。さあ大変！と、ボボ先生の手術を受けることになります。すると、お腹の中で時計の針が取れていました。ボボ先生は時計に2本の針を付け、丁寧に手術を終えます。しかし、このお話には続きが…。

ひばり保育園では、毎週月曜日と水曜日に園開放を行っています。
子どもに関するご相談がありましたら、お気軽にご利用ください。