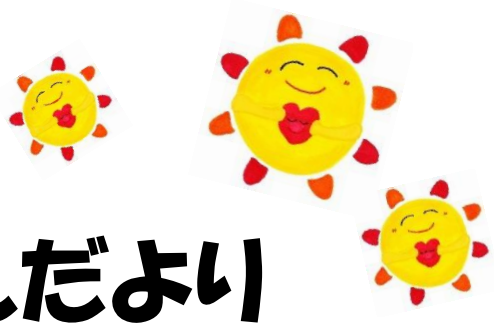
いよっこ すまいる



11月号
ほけんだより

令和５年１１月　病児・病後児保育室「いよっこすまいる」

冬の近づきを感じ、外の景色も少しずつ変わってきました。本格的な冬が来る前に体調も整えていきたいですね。今年は、季節外れのインフルエンザなどが流行しました。今後も、冬に多い感染症にも十分注意が必要です。

規則正しい生活を心がけ、感染症予防を心がけましょう。

11月９日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから、換気の日と言われるそうです。寒くなり、窓を開けるのもためらってしまいがちですが、こまめな換気を心がけ空気の入れ替えで感染予防をしましょう。

※1時間に１回、５分程度が目安です。

こんな病気に注意！

◆インフルエンザ・感染症胃腸炎
咽頭結膜熱・手足口病　など

感染性胃腸炎にご注意！

感染性胃腸炎は、細菌やウイルスなどにより、嘔吐や下痢、腹痛などの症状がでる病気です。この時期に多い原因は、ウイルス性によるもので、ノロウイルスやロタウイルスがその代表と言われるものです。

また、原因がはっきりしていない場合は、「急性嘔吐・下痢症」と診断されることもあります。

ロタウイルスってなあに？

冬から春先に流行する胃腸炎で、激しい嘔吐、下痢、腹痛があります。

＜症状の特徴＞

- ●酸っぱい匂いがする白い水様便です。
- ●下痢は、３～４日程続き脱水症状には十分注意が必要です。
- ●感染力が強く次亜塩素酸ナトリュウムでしっかりと消毒をしましょう。
  （アルコールではウイルス除去は難しいようです。）
- ●大人にも感染するので、排泄物の処理など十分気を付けましょう。

ロタウイルスワクチンは、定期予防接種となりました。