



5月の保健だより

令和4年4月28日
宮古島市立東保育所
病後児保育室（72-2089）
担当看護師 竹岡

新年度が始まり、1ヶ月が過ぎようとしています。大人も子どもも少し疲れが出る頃ではないでしょうか？
ゴールデンウィークを楽しく過ごした後、心身ともにちょっと不安定になることも。
初めて集団生活に入ったお子さんは特に週末などはおうちでゆっくり過ごして下さいね。



ヒトメタニューモウイルス

あまり聞き慣れないヒトメタニューモウイルスですが、上気道炎、気管支炎や肺炎など呼吸器系の感染症を引き起こすウイルスです。

初感染は生後6ヶ月頃から始まり、2歳までに約半数が、遅くとも10歳までにはほぼ全員が感染します。1度感染しても十分に免疫を得ることができないので何度か繰り返し感染するといわれています。乳幼児や免疫が低下している人では重症化することもあるので注意が必要です。

〈流行期〉 おもに3月から6月です。

〈感染経路〉 ・飛沫感染（鼻や口から感染）・・・咳やくしゃみで飛び散ったウイルスを吸い込んで感染します。
・接触感染（ウイルスにふれて感染）・・・ウイルスを含んだ飛沫や鼻水の付いたタオルや食器等を介して感染します。



〈潜伏期間〉 4～6日

〈症状〉 咳、鼻水、発熱等の風邪症状を呈しますが、通常1週間程度で良くなります。重症化して気管支炎や肺炎になると、高熱、喘息や呼吸困難を伴うようになります。

〈診断〉 迅速キットがありますが、保険の適応が6才未満になります。インフルエンザと同様に鼻に綿棒を入れ検査します。



〈治療〉 特別な治療や特効薬もなく対処療法のみになります。熱が3～4日以上続く場合は、中耳炎や肺炎、気管支炎を併発している場合があり、抗菌薬が必要になる場合があります。高熱が続くと体力を消耗し、脱水症状を引き起こすことがありますので水分を補給し、安静にすることが大切です。



小さな子供は重症化する恐れがあるので十分注意しましょう。
登所は、症状が回復してからにしましょう。