



10月の保健だより

令和2年9月30日 発行
宮古島市立東保育所
病後児保育室 (72-2089)
担当看護師 竹岡

スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋……。今年は新型コロナウイルスの影響で、色々なイベントが中止になり、少し寂しい日々を送られている方も多いと思います。保育園でも、運動会が縮小されたりとイベントは減っているものの、園内では感染防止に注意しながらたくさん活動しています。

子供の体力もグンと伸びるこの時期。いっぱい動いてたくましい体を育てていきましょう。

10月10日は目の愛護デーです。2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は、子供の目のもっとも育つこの時期。子供の目の健康をあらためて見直してみましょう。



RSウイルス

冬場に流行するウィルスですが、小児、特に乳幼児に多く見られる感染症で小さい子ほど重くなりやすい呼吸器の感染症です。乳幼児では細気管支炎、肺炎など重症化しやすく、注意が必要です。免疫が出来にくく、繰り返し感染します。ただし、回数が増えるほど軽くなり、2歳以上では「鼻かぜ」程度で済むことがほとんどです。

RSウィルスの感染経路・潜伏期間

- ・感染経路…咳・クシャミによる飛沫感染、手指を介した接触感染。
- ・潜伏期間…感染してから発症するまでの潜伏期間は2～8日。典型的には4～6日。
- ・感染期間…ウィルス排泄期間は7～21日と長いため、感染が広がりやすい。

※汚染されたカウンターでは6時間、手に付いたウィルスは約30分感染する力を持っているため、かなり感染力が強いウィルスと言えます。

どんな症状？

- ・たんがつまったゼイゼイする咳
- ・呼吸時ヒューヒュー、ゼーゼーなる音（喘鳴）
- ・発熱
- ・数時間で突然重症化することがある（細気管支炎）



RSウィルス感染症の診断

RSウィルス感染かどうかの診断は、鼻に綿棒を入れてこすり、その綿棒から試薬を使って検出します。インフルエンザの検査に似ていて、結果が出るまでは30分程度です。

治療方法

対症療法が主体になります。発熱に対しては冷却とともに、解熱剤を用います。喘鳴を伴う呼吸器症状に対しては、気管支拡張薬や去痰薬を使用します。



家族全員で手洗いをし、親子ともに風邪をひいた人との接触を避けましょう。1才以下の乳児にいかにも感染させないようにするのが重要なポイントになります。