



# 11月の保健だより

令和3年10月29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

昼夜の気温の変化が激しく、天気も不安定で風邪をひきやすい季節になりました。風邪の初期症状のお子さまが増えています。鼻水・くしゃみ・のどの痛み・悪寒・微熱などのかぜ症状のほかに、機嫌が悪い・食欲がない・耳がかゆいなどいろいろな症状が出る場合があります。「風邪は万病の元」というように、油断は禁物です。手洗いとうがいで、病気の予防に心がけましょう。



## RSウイルス感染症

RSウイルスの感染による呼吸器の病気です。

生後1歳までに半数以上が、2歳までにはほぼ100%の乳幼児が感染するといわれています。免疫ができにくく、繰り返し感染しますが、回数が増えるほど症状は軽くなります。

以前は9月頃から流行し、初春まで続くとされていましたが、近年では夏季より流行する傾向があります。



### ◎どんな症状？

発熱・鼻水・咳などの風邪症状が数日続きます。多くは軽症で済みますが、月齢が低いほど重症化しやすくなります。咳がひどくなる、ゼーゼー・ヒューヒューという喘鳴を伴った呼吸困難、細気管支炎、肺炎へと進展することがあるので注意が必要です。

潜伏期間は2～8日、典型的には4～6日です。

### ◎感染経路

唾液や鼻水が付着したおもちゃ、これらに触れた手指を介して感染する接触感染と、咳やくしゃみによって感染する飛沫感染があります。

### ◎予防方法

RSウイルスは、手指や物品を介して感染するので、手洗いや物品、身の回りの消毒が基本的な予防法になります。

- ・流行時期や家族が感染した場合、なるべく接触を避け、こまめに手洗い、消毒をしましょう。
- ・タオルや洗面器等の共有は避けましょう。
- ・ドアノブや手すり、おもちゃなどは出来るだけこまめに消毒用エタノール、次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。



非常に感染力が強く重症化する事もあるため、乳幼児では感染拡大へ対する注意が必要です。

登園する際は、登園届け（保護者記入）を園へ提出して下さい。