

☆☆インフルエンザについて☆☆

<原因と症状>

インフルエンザウイルスの感染によって起こります。例年冬～春先にかけて流行しますが、今年は夏でも感染が確認されていました。通常の風邪と比べて症状が重く、全身に及びます。

潜伏期間は1～3日、突然38℃以上の高熱、風邪症状に加えて頭痛や関節痛、筋肉痛等がみられます。時には嘔吐や下痢を伴う事もあります。

<予防>

予防接種の他、人混みを避ける、手洗いやうがいを行う、マスクをする、室内の湿度を保つ事等が予防につながります。

<治療>

抗ウイルス剤や解熱鎮痛剤、症状に対する対症療法を行います。また、十分な休養と水分補給がとても大切となります。

<登園停止期間について>

インフルエンザにおいて「発症した後5日」という時の「発症」とは、一般的には「発熱」のことを指します。日数の数え方は、発症した日(発熱が始まった日)は含まず、その翌日から1日目と数えます。「発熱」がないにも関わらずインフルエンザと診断された場合は、インフルエンザにみられるような何らかの症状がみられた日を「発症」した日と考えて判断します。なお、インフルエンザの出席停止期間の基準は、「**“発症した後5日を経過”し、かつ“解熱した後2日(幼児にあっては3日)を経過”するまで**」であるため、この両方の条件を満たす必要があります。

※厚生労働省:保育所における感染症対策ガイドライン(2018年改訂版)より

インフルエンザの出席停止期間(幼稚園児・保育園児)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	
発熱 1日間										 発熱あり (出席停止)
発熱 2日間										
発熱 3日間										 発熱なし (出席停止)
発熱 4日間										
発熱 5日間										 通園可能

インフルエンザに発症した日を0日目として5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過した翌日に、健康が回復していれば通園可能となります。
※発熱と解熱がともにあった日は「発熱あり」とする。再発熱した場合は最後に解熱してから4日後に通園可能。

©Doctors Me

幼児が学校に通う子どもより解熱後の出席停止期間が1日長くなっています。この理由は、年齢の小さな子どもの方がインフルエンザウイルスの排泄が長期に続くという医学的な見解によるものの為です。保育園は集団生活となりますので、感染を広げないためにも出席停止期間は必ず守るようにしてください。

大野保育園保健だより 11月号

令和7年11月18日

文責:町田 幸代

今年は秋が少しだけあったかと思ったら、急に寒くなってきましたね。鼻水が出ている子も多くなってきました。今年はインフルエンザの流行が早く、すでに他県では学級閉鎖も多くみられています。感染予防にも、十分に気を付けながら過ごしていきましょう。

10月の感染者情報

- マイコプラズマ…1人 ●気管支炎…1人 ●胃腸炎…1人 ●中耳炎…5人 ●発熱…10人
 - 風邪…8人 ●喘息…2人 ●頭痛…1人 ●新型コロナウイルス…2人
- ※手洗いうがいをしっかりと行い、十分な休養をとって感染予防に努めましょう！

▼△先日内科検診が行われました△▼

園医の先生より、貧血傾向の症状がみられている子が多かったとのこと指摘を受けています。一気に成長する時には、成長に鉄分が使われてしまい不足しがちにはなってしまいます。鉄分は発達にも大きな影響を与える成分ですので、日頃から意識して摂取していきたいですね。この機会に、是非、自宅でも鉄分の摂取を心掛けてみてくださいね。

⚠ 感染性胃腸炎が流行しています ⚠

●予防…手洗い、うがいの徹底を！

冬場に嘔吐や下痢があった場合は、ウイルス性の物を疑います。基本的には手洗いとうがいで感染を防ぎます。

●ケア…脱水を起こさないように注意！

病気にかかってしまったときは、下痢や嘔吐で体内の水分が急激に失われる為、こまめな水分補給が大切です。食事は消化の良いものから始めて、症状をみながら数日かけて普通の食事に戻していきます。

●登園目安…基本的には嘔吐が治まり、普通便が確認できてからです。

しかし、便秘のお子さんなどは中々便自体が出ない事があります。その為、食欲や機嫌が通常に戻り、24時間嘔吐もなく、下痢が出なければ登園可としています。

吐いた！

おう吐時のケア、知っておきましょう

① 吐いたものを口から取り除く

口の中に吐いたものが残っていると吐き気を催すことがあります。うがいをさせたり、ぬらしたタオルで口の中をぬぐったりして、口の中をきれいにしましょう。



② 静かにさせて、様子を見る

安静にさせて様子を見ます。寝かせる場合は、吐いたものがのどにつまらないよう、横向きに。



③ 1時間以上してからスプーンで水分をとらせる

吐いた直後に水分をとらせると、また吐いてしまうことがあります。水分を飲ませるときは、様子を見て、顔色がよくなり吐き気が治まったら、スプーンで水やお茶などを少しずつとらせましょう。

