

すくすく園では、お子様が病気の回復期にお預かりしています。普段は元気いっぱいの子ども達も疲労で体調を崩すこともあります。ご家庭でもかかりやすい病気についての症状と正しい対応を知っていればあわてずに済みます。鳥取県中部感染症流行情報を参考にいただき、手洗い、消毒、うがい、マスク着用を徹底しながら病気に負けないように体調管理を心がけていきましょう。

## 鳥取県中部感染症流行情報

疾病名	第1週	第2週	第3週	第4週
インフルエンザ	★	★	★	★
感染性胃腸炎	△	○	△	△
水痘（水ぼうそう）	○	×	×	×
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	×	×	×	×
手足口病	○	○	△	×
ヘルパンギーナ	×	×	△	×
咽頭結膜熱	○	◎	○	◎
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	★	★	★	★
流行性角結膜炎	×	△	×	×
マイコプラズマ肺炎	×	×	×	×
伝染性紅斑	×	×	×	×
RSウイルス感染症	×	×	×	×

★警報発令中  
◎流行している  
△散発

○やや流行している  
×患者発生極少又はなし

## 今月の気になる病気

## インフルエンザ

インフルエンザが12月から警報発令中です。

## かかってしまった時の対処法

インフルエンザと疑われるときは、安易に風邪と判断せずに早めに医療機関を受診し、治療を受けましょう。発症後48時間以内に抗ウイルス薬の服用・吸入をすれば症状が軽減され、早く治ることが期待できます。（対象は1歳以上）

早めに治療することは自分の身体を守るだけでなく、他の人にインフルエンザをうつさないという意味でも重要です。また、一般には以下のような対処法があります。

- ・安静にして休養をとる。特に睡眠が重要
- ・部屋の温度や湿度を適切に保つ。（気温18~20℃、湿度50~60%程度）
- ・水分を十分に補給する。（お茶、ジュース、スープ類など）

## 感染を拡大させないため対策しましょう

★感染経路をきちんと把握しましょう

インフルエンザは、インフルエンザに感染している人の咳やくしゃみ、会話の時に空気中に拡散されたウイルスを鼻腔や気管など気道に吸入することで感染します。

感染の多くは、この「飛沫感染」によると考えられ、ドアノブなどの環境表面についたウイルスへの接触により、鼻や口などの粘膜や傷口などを通して感染する「接触感染」も成立します。

- ・しっかり手洗い、消毒し感染をストップさせましょう。
- ・マスクでしっかり予防しましょう。

