



Social Welfare Corporation
KUJIRA



ほけんだより 3月号

発行日：令和6年3月1日
廿日市くじら保育園



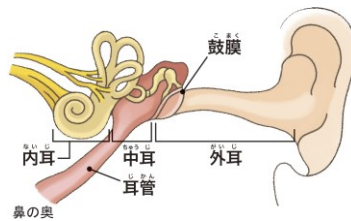
廿日市くじら
のHPも
ご覧ください

寒さがやわらぎ、春の気配を感じられるようになりましたが、先月からインフルエンザ、冬季嘔吐下痢症の流行が続いています。手洗い、換気をこまめに行い、感染予防に気を付けていきましょう。

「3月3日」は耳の日

子どもの耳は中耳炎になりやすい?!

鼻と耳をつなぐ「耳管」を通じて、鼻やのどの粘膜に感染したウイルスや細菌が中耳腔に入り込んで炎症を起こしているのが中耳炎です。子どもの耳管は、大人に比べて太く短いため細菌やウイルスが中耳腔に入りやすい特徴があります。好発年齢は生後6ヶ月～2歳頃とされ、小学校入学までに60～70%の子が一度はかかると言われています。



中耳炎の症状

中耳の中で炎症が起こってうみがたまり発熱したり、鼓膜を圧迫するため強い痛みが起こります。また、鼓膜が破れてうみ（耳だれ）がでることもあります。乳幼児の場合は、不機嫌でぐずる、耳を触る、ミルクを飲まない等普段と違った様子が見られます。

治療

耳鼻科、小児科どちらでも診断・治療は可能です。基本的には抗菌薬の飲み薬です。多くの場合は、1～2週間で完治します。重症化した場合は、鼓膜切開等の治療が必要になる事があるため、耳鼻科を受診しましょう。



鼻すすりは中耳炎の原因になります。
鼻水が出るときは、片方ずつゆっくりやさしくかみましょ。

急性中耳炎から滲出性中耳炎に・・・

中耳炎が完治していなかった時や、アレルギー性鼻炎、副鼻腔炎等が原因で、中耳に滲出液（サラサラとした液体）がたまる「滲出性中耳炎」。発熱や痛みがないため気が付きにくく、難聴だけが唯一の症状のことがほとんどです。慢性化すると難治性になることがあり注意が必要です。

感染性胃腸炎の感染防止のために!

1、ウイルスを洗い流す

トイレ後、調理時、食事には石鹸と流水でよく手を洗いましょう。



2、便や嘔吐物に触らない

嘔吐物を片付ける時は、ビニール手袋、使い捨てペーパータオルを使いましょう。

3、飛び散ったウイルスを吸わない

マスクをしたり、窓を開けてしっかり換気をしましょう。



4、ウイルスを消毒する

汚染されたトイレや床、ドアノブは塩素系漂白剤を含ませた布で拭き取ります。衣類などは、塩素系漂白剤、熱湯でつけおきましょう。



5、自分がウイルスを広げない

症状は1～3日でおさまりますが、1週間から1ヶ月程度、便中からウイルスを排泄します。手洗いはしっかりしましょう。

6、食品や調理器具は、85℃以上で1分間以上の加熱が有効です



先月の子ども達の様子

インフルエンザ・溶連菌感染症・ノロウイルス
アデノウイルス・コロナウイルス の発症がありました。