

ほけんだより

大泉南小学校

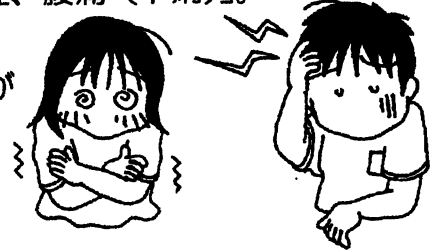
保健室

平成28年12月6日

感染症に注意!

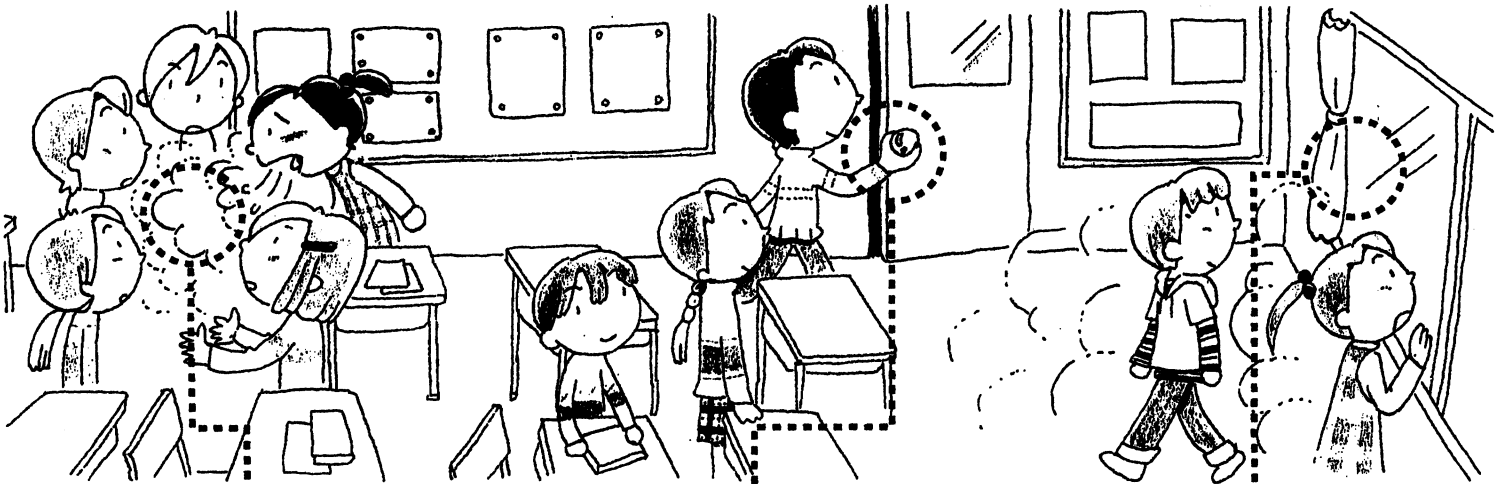
胃腸炎による欠席者が増えています。主な症状は「発熱、嘔吐、腹痛（下痢）」。
また、インフルエンザと診断された子もいます。
登校前に、健康観察をして、体の不調を訴えたりいつもと様子が違う場合は無理に登校をしないようにお願いします。
早期に発見し、周囲へ感染を広げないように、ひとりひとりが気をつける必要があります。

緊急連絡先に変更がある場合には担任にご連絡ください。



ウイルスはどこから来るの？

インフルエンザやカゼなどのウイルスは、どうやってからだのなかに入ってくるのか確認してみよう!



飛沫感染

咳やくしゃみをする時、つばと一緒にたくさんのウイルスが飛び散ります。まわりの人は、吸い込んでしまうかもしれません。

❌ どうやってブロックしよう!

マスクをして、ウイルスがからだのなかに入ってくるのを防ごう。自分が咳やくしゃみをしているときも、マスクを忘れずに。



接触感染

ドアノブや手すりなど、みんなが使う物にはウイルスがついていることも。ウイルスがついた手で口や鼻を触ると、からだのなかに入ってきます。

❌ どうやってブロックしよう!

手洗い、うがいをこまめにしよう。手洗いは石けんを使って、うがいはブクブクうがいとガラガラうがいをセットで。



空気感染

ずっと教室やろうかの窓を閉めきっていると、空気中にフワフワ浮かぶウイルスを吸い込んでしまうかもしれません。

❌ どうやってブロックしよう!

寒くても、教室やろうかの窓をあけて、ウイルスを外へ追い出しましょう。気分もスッキリしますよ。



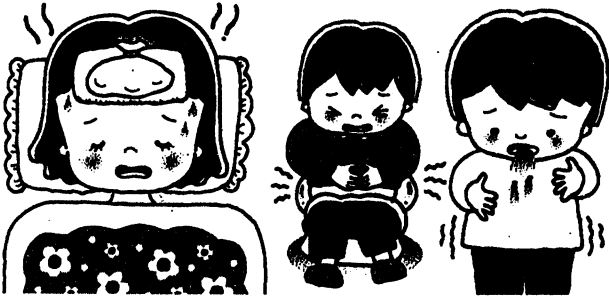
症状別

冬に気をつけたい!

感染症



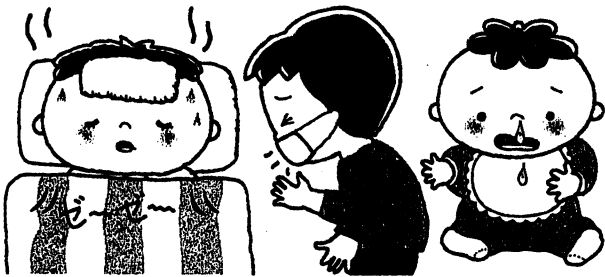
発熱、下痢、嘔吐、脱水
(重症化した場合) けいれんなど



ノロウイルス

流行期: 11~2月ごろ
突然、嘔吐し、水っぽい便が出ます。
軽い熱ですむこともあります。

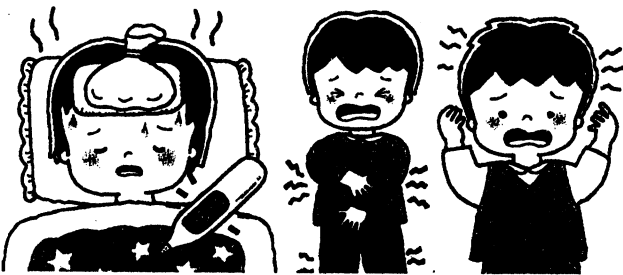
発熱、咳、鼻水、
ゼーゼーと音がする呼吸など



RSウイルス

流行期: 11~1月ごろ
感染力が強く、生後2歳までにほとんどの子どもがかかると言われています。
乳児が感染すると、細気管支炎や肺炎など重症化することもあります。

高熱、頭痛、全身の痛み
(重症化した場合) けいれん、意識障害など



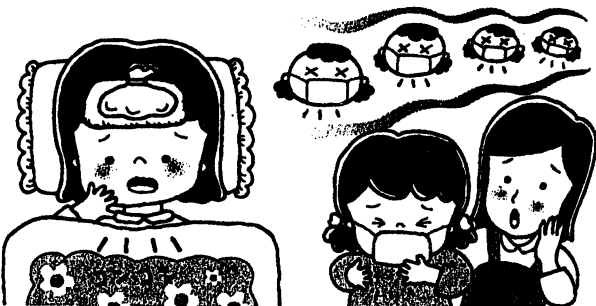
インフルエンザ

流行期: 12~3月ごろ
急に38度以上の高熱が出て、頭痛や関節痛、筋肉痛など全身の痛みがあります。
重症化するとインフルエンザ脳症、熱性けいれん、意識障害を起こすこともあります。感染が疑われたらすぐに病院へ行きましょう。

注意!

発症日(発熱した日)を0日と数え、5日を経過し、かつ解熱後3日経過するまで出席停止です。

発熱、長く続く咳など



マイコプラズマ

1年を通して発症例があります(冬にやや増加)
しつこい咳が特徴。重症化すると肺炎などを起こすこともあります。
初めはカゼと診断されることもあるので、咳が長引く場合は再受診し、抗菌薬を処方してもらいましょう。