

2月



ほけんだより



H30年2月1日発行

2月4日は立春です。まだまだ寒いですが、暦の上では春になります。昔はそれぞれの季節の始めの日（立春、立夏、立秋、立冬）の前の日のことを「節分」と呼んでいました。今では立春の前日（2月3日）だけをそう呼んでいます。節分の日には豆をまいて、自分の年の数だけ豆を食べると、健康になると言われています。健康は昔からの願いだったのですね。



インフルエンザ大流行



	A型	B型
変異	変異しやすい	あまり変異しない
種類	144種類	2種類
感染対象	人や鳥、豚など	人のみ
発熱	38～40℃の高熱	38℃以下の微熱や平熱の場合もある
消化器症状	出ることもある	A型より頻度が多い
喉の症状	やや遅れて激しく出る	出ないこともある

近年は、迅速キットがあり、迅速で正確な診断が可能ですが、発症後6～12時間以内ではウイルスが検出できず陽性にはなりません。

***インフルエンザと診断されたら必ず連絡して下さい。**家族がかかった場合もお知らせください。また登園時には医師による意見書を提出してください。



抗インフルエンザ薬の種類

タミフル	・飲み薬 ・カプセルと粉状のドライシロップがある
リレンザ・イナビル	・吸入薬
ラピアクタ	・点滴 ・他の薬が使用困難な方に有効



抗インフルエンザ薬の効果を最大限に得るためには、発症後の48時間以内に使用することです。ウイルスが完全に増殖しきる前に使用することで、一般的に発熱の期間が1～2日間短縮され、ウイルスの排出量も減少します。

登園出来る目安

- ・感染症の恐れがないと診断された
- ・24時間以内に嘔吐や水っぽい便の排泄がない
- ・熱がなく、元気があり機嫌・顔色が良い
- ・食事や水分を摂っても嘔吐や下痢が起こらない
- ・普段と同じ給食が食べられる

高熱などの症状が出るまでに1～3日程度かかり、症状が出ていない潜伏期間でも他人にうつる恐れがあります。感染力が強く、感染経路は主に飛沫感染と接触感染です。初期段階から、悪寒・高熱・体の痛みの症状が出ます。主な合併症は肺炎と脳症です。完治にかかる期間は1週間が目安になります。インフルエンザ薬を使用しない場合はさらに時間がかかります。インフルエンザA型に対し市販の解熱剤や風邪薬を服用することは危険です。薬の成分によってはインフルエンザ脳症などの合併症を引き起こす恐れがあります。

インフルエンザ脳症の症状

- ①意識障害…呼びかけに応じず痛みや刺激にも反応しない。
- ②けいれん…1分程度から15分以上続くケースもある。
- ③異常な行動…突然立ち上がって部屋から出ようとする。

- (いつもと違う)
- ・興奮状態となり手を広げて部屋を駆け回り、意味の分からない事を言う
 - ・興奮して窓を開け、ベランダや外に出ようとする。
 - ・自宅から外に出て歩いていて話をしても反応しない。
 - ・人に襲われる感覚を覚え、外に急に飛び出したり怒り出したりする。
 - ・変なことを言い出し、泣きながら部屋の中を動き回る。



1月の感染症

インフルエンザA型	3名
インフルエンザB型	10名
水ぼうそう	2名
RSウイルス	1名