



# げんきです!

2015年 ほけんだより 保護者向け

がくいんしょうがっこう ほけんしつ  
ノートルダム学院 小 学 校 保健室 中村 真美

雨の多い季節がやってきました。雨が降ると、通学も大変です。手足や制服がぬれたままだと、体が冷えて体調をくずすことがあるので、雨の日には、濡れた体を拭くタオルと替えの靴下をかばんに入れておくのはいかがでしょうか。

今月から水泳学習が始まります。元気に学習に取り組めるようにご家庭での体調管理をよろしくお願いいたします。

## 夏に多い感染症 (アタマジラミは児童向けほけんだよりに載せてありますのでホームページをご覧ください)

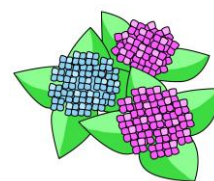
	手足口病	ヘルパンギーナ	咽頭結膜熱(プール熱)
主な症状	口の中、手のひら、足の裏などに、発しんや水ぶくれができます。あまり高い熱はでません(38度以下)。まれに重症化することがあるので、高熱や吐き気、頭痛がある場合は、すぐに医療機関に受診しましょう。	突然の高熱で発症し、口の中の奥の方に水疱や潰瘍ができます。	発熱、咽頭炎(のどのはれ)、結膜炎(目の充血)などの症状があらわれます。
原因	ウイルス	ウイルス	ウイルス
感染経路	患者の咳やくしゃみに含まれるウイルスを吸い込むことによる飛沫感染。 水疱内の内容物や便の中のウイルスが手を介して口や眼などの粘膜に入ることによる経口及び接触感染。		飛沫感染、接触感染。 感染力が強く、プールや温泉施設などでの感染もあることから「プール熱」とも呼ばれています。
治療法	ワクチンや特効薬はありません。対症療法が中心です。脱水症状を防ぐために、水分補給はこまめに少量ずつ。柔らかい、刺激の少ない食事を工夫しましょう。水疱はつぶさないように、清潔に保ちましょう。 眼の症状が強い場合は眼科での治療を行います。		
感染防止	学校感染症ですので医師の登校許可がでるまで出席停止となります。登校許可書の提出が必要です。		

	溶連菌感染症	とびひ(伝染性膿痂疹)
主な症状	急な発熱(38-39℃)と喉の痛み、食欲不振など風邪のような症状あります。 身体や手足に小さくて紅い発疹、舌にイチゴのようなツブツブができたりする。 頭痛、腹痛、首筋のリンパ節が腫れて痛むことがあります。	かゆみを伴う水ぶくれができます。水ぶくれは2~3日で急速に大きくなります。水ぶくれは破れやすく、水ぶくれの汁が離れた場所の皮膚について次々感染していきます。ジクジクしてただれた状態になります。
原因	細菌	細菌
感染経路	飛沫感染。 くしゃみやせきを介して感染します。	接触感染。 小さな傷や虫刺されあと、汗疹(あせも)を爪でひっかいたところから細菌が入り、「とびひ」になります。感染力が強く、ジクジクしたところをかいた手で他の部位をかいたり触ったりすることで全身にできます。
治療法	抗生物質を服用します。服用後1~2日で元気になったように見えますが、確実に溶連菌を退治し、重大な合併症を引き起こさないために、症状が消えても抗生物質はしばらく飲み続けなくてはなりません。	抗生物質の内服や軟膏を使用します。
感染防止	学校感染症です。医師の登校許可がでるまで出席停止となります。登校許可書の提出が必要です。	とびひができてい皮膚をガーゼやカットバンで覆い、他に触れないようにします。プール学習も必ず医師に相談し、感染力がある間は、控えてください。

参考: <http://www.shionogi.co.jp/wellness/diseases/contagion/streptococcal.html>

[http://www.myclinic.ne.jp/imobile/contents/medicalinfo/gsk/top\\_topic/topic\\_74/mdcl\\_info.html](http://www.myclinic.ne.jp/imobile/contents/medicalinfo/gsk/top_topic/topic_74/mdcl_info.html)

<http://www.shionogi.co.jp/wellness/diseases/contagion/>



夏に多い感染症を予防するために・・・

**大事なことは、風邪の予防と同じで 手洗いとうがい です。**