



病児保育室 あんず通信 Vol.41 2019年4月号

あんず通信では、クリニックの感染症流行状況や、季節ごとの情報などを毎月ご案内しています。

【感染症だより】

～風邪・胃腸炎について～

春、入園、新学年の季節です。入園して集団生活が始まったり、園から学校に入学すると、これまでの生活が一変します。集団生活を始めることによって風邪や胃腸炎の病原体に接する頻度が一気に増えます。そして、新入生は新たな環境で緊張するなどストレスがかかります。ストレスがかかれば免疫力（抵抗力）が落ちます。これまで、風邪などひかずに元気で来た子ども、入園や入学と共に風邪や胃腸炎などの感染症をもらいやすくなります。

風邪や胃腸炎の原因はほとんどがウイルスです。鼻水や咳、下痢や嘔吐の症状がすぐに移ります。うつらない様に気を付けていても、初めて接する病原体に対する免疫力（抵抗力）が備わっていないために、うつってしまいます。0歳保育園児の年間平均病欠日数は20～30日と報告されています。何度も風邪や胃腸炎にかかって1-2年経つと、一通りのウイルスに抵抗できる免疫力が出来、丈夫になってきます。それまでは、「今は免疫力を付ける時期なのだ」と思って頑張りましょう。特に、入園してから3-4カ月間は病気にかかりやすい時期です。風邪や胃腸炎が良くなっても、すぐにまた違う感染症をもらってきますので、可能であれば、無理をせず長めに休ませてあげましょう。

風邪や胃腸炎の時は、安静と睡眠を十分にとり、手洗いうがい、水分摂取に気を付けて、悪化させないようにしましょう。無理をさせなければ、風邪や胃腸炎は大抵2-4日をピークに改善していきます。しかし、風邪は万病のもとと言われるように、改善がみられずに悪化するときは風邪ではないかもしれません。病状が悪化したり、長引いたりするときは医療機関を受診しましょう。

文責： 清水マリ子

表：3月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

| | 感染症 | 患者数 |
|---|------------------------|-----|
| 1 | 胃腸炎(10/11, 10/6, 10/2) | 167 |
| 2 | 溶連菌 | 39 |
| 3 | 手足口病 | 19 |
| 4 | リンゴ病 | 18 |
| 5 | インフルエンザA | 6 |
| 6 | RSウイルス | 2 |
| 6 | 水痘 | 2 |
| 8 | ヘルパンギーナ | 1 |



しみず小児科・内科クリニック

★病児保育室あんずからのお知らせ★

H30年4月から、**空き状況**をWebで確認出来るようになりました。スマホ・携帯電話でも同様に**しみず小児科・内科クリニック**の予約ページから確認出来ます。表示が空きになっていても、病気の種類や時間差で入れない場合がありますので、ご注意下さい。ご予約は必ずお電話でお願い致します。

★あんずからのお願い★

予約をキャンセルされる場合、時間外の留守番電話でも構いませんので、必ずご連絡をお願い致します。一人でも多くの方にご利用頂けるようご協力をお願い致します。