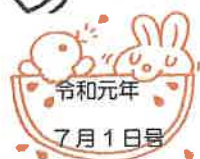




病児保育室だより 7月 №16



照りつける日ざしが、日に日に夏らしくなってきました。

じめじめとした梅雨が明けるといよいよ夏到来です。

暑くなってくると、子どもたちは思っている以上に体力を消耗しやすくなります。夜、寝苦しかったり、食欲が落ちたりする子もいるかと思えます。夜は早く寝て十分に睡眠時間をとり、朝ご飯は食べやすく工夫して食べられると良いですね。

水分補給や衣服の調節、室温管理などに気をつけながら暑い夏を元気にのり越えたいですね。



手足口病が流行しています!!



その他に、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱なども夏に流行しやすい病気です。体調管理に気をつけて下さい。

手足口病が流行しています。口の中や、手のひら、足の裏などに小さな水泡ができます。熱は出ますが高熱が続くことはあまりありません。口の中の発疹がいたむため、食事がとれず、脱水症状を起こすこともあるので注意しましょう。まれに、髄膜炎などの合併症を起こす場合もあるので、経過観察はしっかり行いましょう。

▼感染経路としては、飛沫感染や接触感染、便中に排せつされたウイルスによる経口感染等が知られています。そのため、予防として最も大切なのは、しっかりと手洗いを行うことです。また、排せつ物の適切な処理等も感染対策としてあげられます。

熱中症に気をつけよう!!



- 熱中症がピークを迎える時期は7月～8月にかけてです。
- 子どもは体温調節機能が未熟で熱中症になりやすくなります。家の中にいても屋内に熱がこもり、熱中症になってしまうことがあります。戸外屋内にかかわらず、こまめな水分補給、温度管理などの対策を大人が気をつけてあげてください。日田の夏は特に暑いので、水分補給など熱中症対策に十分に気をつけてください。

☆暑くなりましたので、水分(麦茶・お水)を多めに持たせてください。※出来ましたら、麦茶やお水の方が良いかと思えます。体調の具合でどうしても飲めないという場合は、**麦茶などの他に予備でイオン飲料水**などをお持ちになられても構いません。宜しくお願い致します。



水分と塩分(麦茶と梅干など)を一緒にとってね。