



## 病児保育室だより 7月 No.76

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が熱さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで体を鍛え、のどが乾いていなくても水分をこまめに取りましょう。

令和6年度  
7月1日号

### 夏に多い感染症

ウイルス感染によって起きる病気です。他人への感染力も強いので必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

#### ヘルパンギーナ

突然の高熱と咽頭の痛み、口の中の水泡、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。



#### プール熱

プールで感染することもあり、高熱が3～5日くらい続きのどの痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化の良い食べ物を食べましょう。

#### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水泡ができ発熱することもあります。食事はのど越しのよい物を食べましょう。



#### 流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるのでタオルは共有しないようにしましょう。



### 気になる虫刺され

乳児が蚊に刺されると、大人より反応が遅く1～2日後に症状が出る場合があります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水泡ができたりし、腫れる場合も大人よりも大きく腫れあがります。これは虫刺されの経験が少ないため起こる激しい炎症反応です。刺された直後に洗って冷やし薬を塗ってもらいましょう。



### ベビーカーの注意点



ベビーカーに乗っている子どもは地面に近い位置にいますので、体感温度は大人より2～3℃高いと言われています。散歩をする時は涼しい時間帯を選び、照り返しの少ない土の路面にしましょう。日よけの屋根がついていても、夏場は30分以内の留め、子どもの様子を時々チェックしながら脱水症状を起こさないよう、水分補給はこまめに行いましょう。