

# ほけんだより

## 保育園の感染症情報

1月26日現在、風邪以外の感染症罹患により保育園を欠席しているお子さんはいません。

気温が低く乾燥した日が続いています。2月4日は暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、1月下旬から2月上旬までもっとも寒くなると言われています。そろそろ流行が気になる冬の風邪。日ごろから予防を心がけて元気に過ごしましょう。

### 冬のかぜによくある特徴

咳・鼻水・のどの炎症・発熱→呼吸器系に来るかぜ  
下痢・嘔吐→消化器系に来るかぜ  
両方の症状→インフルエンザの疑い  
そのほか→コロナウィルス



### インフルエンザ

今年の特徴として、例年の同時期に比べ、インフルエンザB型の広がりが早いことが指摘されています。ネットで検索してみると、「A型と比べ症状が軽め（熱が出にくい）」「腹痛、下痢が多い」などの情報を記載しているページが多く見つかります。世界中の研究（日本も含む）をまとめた論文によれば、「A型とB型での症状の出かたや重症度にほとんど違いはない」と結論されています。

### 冬場に多い嘔吐・下痢

この時期、気をつけたいのが、「ウィルス性胃腸炎」ノロウィルス、ロタウィルスなどに感染すると、嘔吐と水のようなひどい下痢が起こります。嘔吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりも水分補給を心がけ、安静に過ごしましょう。尚、この感染性胃腸炎はインフルエンザとは異なり、アルコールでは殺菌効果が期待できませんので、ご家庭での嘔吐などの処理は塩素系薬剤（ハイターなど）をお使いください。

### 油断できない風邪

風邪は年齢が低いほど、中耳炎、気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管が弱いお子さんの場合は喉がゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めの診断を受けましょう。

