平成31年2月
志村さかした保育園

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、一般的に１月下旬から２月にかけてもっとも寒くなると言われています。感染症が全国的にも流行ってきています。手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう。

感染予防法

■手洗い・うがい
手首の上まで、石けんを泡立てて洗うよう促しましょう。布タオルの共用は避けましょう。

■咳、くしゃみ
唾液や鼻水が手についた場合は手洗いを呼びかけましょう。

■吐物、下痢
吐物処理を行う時はゴム手袋にマスクをし、ペーパータオルなどで拭き取ります。拭き取った物はビニール袋に二重にして捨てましょう。便や吐物の付着した箇所は、ハイターなど塩素系消毒液で消毒することをお勧めします。ノロウイルスに対して、アルコール消毒は有効ではありません。

■加湿
ウイルスは乾燥した環境を好みます。加湿器を置いたり、ぬれタオルを室内に干すなどして湿度を５０～６０％に保てるようにすると良いでしょう。

感染経路

●飛沫感染
咳やくしゃみをした時に飛ぶ病原体を含む水滴（飛沫）を吸い込んだり、触れた手で口や鼻に触れることでも感染します。マスクをして予防しましょう。（インフルエンザなど）

●空気感染
口から飛び出した病原体が空気の流れによって拡散し、感染します。人が密集するところは避けましょう。またマスクをすることで自身と更には他者への感染予防にも繋がります。

●経口感染
口に入ったもので感染します。例えば、ノロウイルスなど、便中に排泄される病原体が、便器やトイレのドアノブを触った手から経口感染します。

インフルエンザに注意！！

現在流行しているインフルエンザの特徴は38℃～40℃の高熱が出て、胃腸炎を同時に発症する傾向があると報告されています。

朝から38℃以上の高熱がある時、胃腸炎症状がある時、「普段と違うな」と違和感を感じた時はインフルエンザの症状の特徴と照らし合わせ、一つでも当てはまれば病院への受診をお勧めします。

インフルエンザを放置しておくと周囲への感染を拡大させてしまうだけでなく、重篤な合併症を引き起こしてしまう可能性があります。早期発見・早期治療が大切です。

☆３８℃以上の急な発熱
☆強い倦怠感
☆節々の痛み
☆筋肉痛
☆全身の悪寒
☆腹痛
☆頭痛
☆激しい咳
☆嘔吐・下痢