

RSウイルス感染症

RSウイルス感染症にかかると、激しいせきが出て呼吸が苦しくなります。年長児は、それほどひどくなりませんが、夜になってせきが急に悪化することがあるので注意しましょう。呼吸困難を起こすと命にかかわることもあるので、下のような様子が見られたら朝を待たず、急いで受診してください。



呼吸困難のサイン

- ひどくせき込んで唇や顔色が青い
- 息をすると胸の上部がへこへこする
- 肩を大きく上下させて息をする
- 呼吸が荒く、顔や手足が冷たい
- 呼吸が速く、息をするとき鼻の穴が広がる

RSウイルス感染症は、感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するといわれています。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので、熱の有無にかかわらず、上記のようなサインが見られた場合、夜咳き込んでなかなか眠れないなどいつもと違うなと感じた場合は、迷わず主治医に相談してみましょう。

家での手当て

- ・部屋を暖かくして湿度を上げる
空気が乾燥しているとのどを痛めます。温度と湿度の調節を。
- ・水分の補給を
のどの乾燥を防ぎ、咳を和らげるために水分補給を。
- ・背中をさする
咳がおさまらないときは、上体を起こして背中をさすったり、抱っこしたりして安心させましょう。



ほけんだより 2月号

令和2年度 社会福祉法人栗石保育園保健室

令和3年がスタートして1ヶ月が経とうとしています。例年より雪が多い今年。厳しい寒さのなかでも元気いっぱいな子どもたち。流行中の新型コロナウイルス感染症をはじめインフルエンザウイルス、RSウイルスなどを寄せつけない丈夫なからだづくり、環境づくりに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

2月の 乳幼児健康診査

- 5日(金) 乳幼児健康診査
- 12日(金) ことばの相談
- 16日(火) 2歳6か月児相談
- 17日(水) 赤ちゃん相談
- 19日(金) 3歳6か月児健診



正しいマスクの装着方法

- 1 マスクの表面は、ひだが下向きです。
- 2 マスクを顔に当て、鼻・頬のカーブに合わせてワイヤーがある場合は折り曲げる。
- 3 鼻からあごの下までマスクをしっかりと伸ばす。
- 4 隙間がないように顔とマスクをぴったりつける。
- 5 外すときは、マスクの表面に触れないよう耳にかけるゴムひもをつかむ。
- 6 マスク本体にさわらないようにビニール袋等に入れる。
- 7 袋の口を縛り密閉してから処分する。
- 8 石鹸でしっかり手を洗う。



※使用したマスクをポケットに入れて使いまわすのもマスクの表面にウイルスが付着していることを考えるとお勧めできません。マスクケースなどの使用が望ましいです。

手作りマスク大きさは大丈夫かな？

マスク鼻を出したり、あごに引っ掛けたりしてはマスク本来の役割を果たすことができません。手作りマスクは、お気に入りのデザインで作っていることもあり、使用回数が多くなります。そのため洗濯を繰り返すことで縮んでしまうものもみられます。鼻からあごまでしっかり覆えるものの準備をお願いいたします。

