

# 仲町病後児保育室 保健だよ！ 8月



暑いが続いています。夏の強い日差しや、高温多湿の気候は、子どもの体に大きな負担がかかります。たくさん遊んだ後は、お家でゆっくりと過ごし、しっかりと疲れをとるようにしましょう。

## 夏に多い感染症

夏かぜは、高熱、下痢、のどが赤く腫れる、体に発疹が出るなどが特徴です。気になる症状が見られたら、病院を受診しましょう。

### 手足口病

手のひらや足の裏、口の中、おしりに小さな水泡や赤い発疹ができ、発熱することもあります。



### ヘルパンギーナ

突然の高熱とのどの痛みが特徴です。特にのどは、水泡や潰瘍ができるため、かなり痛みます。(乳児はミルクが飲めないほど)



### プール熱(咽頭結膜熱)

アデノウイルスによる感染症で、高熱とのどの痛みのほか、目の痛み、かゆみ、充血など、結膜炎のような症状がでます。周りの人への感染力が強く、タオルは共有しないようにしましょう。



### 夏風邪にかかった時の注意点

口の中やのどの痛みで、食欲が落ちます。食事は、刺激が少なく飲み込みやすいものにし、脱水症状に注意しましょう。発熱が長く続くとき、ぐったり感が強いとき、頭痛や嘔吐がみられるときなどは、1度病院を受診していたとしても再度受診し、診察を受けましょう。