

ほけんだより 7月



2022(R4)年 7月 1日
御殿山あゆみ保育園
看護師 奥野ゆきえ

気温や湿度が上がり、熱中症の危険性が増す季節になりました。体温調節が未熟な子どもは、大人に比べ暑さに影響を受けやすく、体力を消耗します。そして、感染症にも罹りやすくなります。今月は、夏にかかりやすい病気と熱中症についてお知らせします。日頃から規則正しい生活をし、暑さに負けない体力を作りましょう。

【気をつけたい夏の感染症】

病名	症状	原因	治療法	注意点
プール熱 (咽頭結膜熱)	発熱・喉の痛み・倦怠感・結膜炎(充血・目やに)	アデノウイルス	対症療法	解熱後も体内にウイルスがいる。回復後2週間はプール禁止。
溶連菌感染症	発熱・咳・喉の痛み・苺舌・倦怠感・リンパ節腫脹	溶連菌連鎖球菌	抗生物質を定期間内服	内服を怠ると、腎炎・リウマチになることがある。
ヘルパンギーナ	高熱・喉の痛み・口の中に1~2mmの水疱	コクサッキーウイルス	対症療法	発症後便から7日間以上ウイルス排出。脱水症状を起こしやすい。
手足口病	手や足の裏・お尻・膝・口の中に米粒大の水疱	コクサッキーまたはエンテロウイルス	対症療法	発症後咽頭から1~2週間・便から3~4週間ウイルス排出。脱水症状。

【熱中症について】

気温が体温より高い時や、湿度が高く汗をかいても体温を下げられない時などに体温の維持ができなくなっておこります！特に**不規則な生活や睡眠不足は熱中症を加速**させます。

＜予防＞

- *朝食をきちんと摂る(味噌汁やスープ、野菜や果物を意識して!)
- *大人が声を掛けて、30分に1回程度のこまめな水分補給と休憩!

涼しい服装



日陰を利用



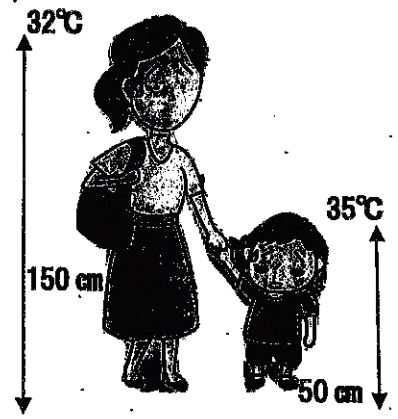
日傘・帽子



水分・塩分補給



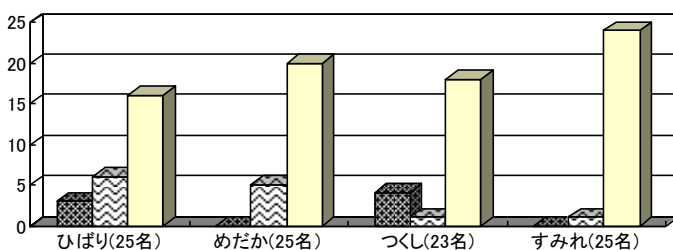
《子どもは大人よりさらに高温の環境にいます!》



【6月の歯科検診の結果報告】

虫歯の割合、要観察歯を含めると、ひばり36.0%・めだか20%・つくし21.7%・すみれは4.0%でした。虫歯は1本でも持っている、虫歯の原因菌であるミュータンス菌が増殖し、虫歯になりやすい環境を作ります。また、乳歯を虫歯のまま放置しておくと、永久歯にも感染します。虫歯があるとわかったら、出来るだけ早く治療しましょう。今年度は、歯石のある子どもが4名と不正咬合を指摘された子どもが9名いました。**おやつは時間を決め、糖や酸を控え、毎日の『仕上げ磨き』をきちんと行いましょう。**

クラス別による虫歯の保有者状況



虫歯あり

要観察歯

虫歯なし

