



ほけんだより

逆瀬川あゆみ保育園
2025.9.1
看護師 辰野

暑さ疲れの出る時期です。これまで昼も夜も暑い日が続いて、食欲が低下したり、眠りにくかったりして体に疲れがたまっています。秋の初めは、そんな暑さが体調不良となって現れやすい時期です。お腹の調子が悪くなったり風邪を引きやすくなったりします。いつも以上に体調の変化を観察し、体調が悪い時は早めに休養するようにしましょう。

「エコーウイルス」について

エコーウイルスは、エンテロウイルス属に分類されるウイルスの一種で、夏風邪の原因となることがあります。特にエコーウイルス11型は新生児が感染するとまれに髄膜炎や心筋炎など重症な症状を起こし、最悪の場合亡くなることもあります。

感染経路

糞口感染、接触感染、飛沫感染

症状

- ・発熱(38度以上の高熱)
- ・頭痛
- ・食欲不振
- ・嘔吐、下痢
- ・発疹(手や足に細かい発赤疹) 手足口病やヘルパンギーナと症状が似ている
- ・鼻水や咳などの風邪症状



治療

特効薬はなく、対症療法のみ

潜伏期間と感染期間

潜伏期間は通常3～6日程度です。症状が現れてから通常数日間で改善することが多いですが、感染力が持続する期間は1～3週間程度とされています。

予防

アルコールは効果がないので、手洗いうがいが重要

登園の目安

出席停止疾患に該当しないので、医師の判断による

9月9日は「救急の日」

子どもは体調が悪い時、どのように体調が悪いのかが分からないため、自分から周囲に訴えることができません。日頃からお子さんの特徴や癖、体調を把握し、もしもの急病などの時にも、早めに発見できるように心がけておきましょう。

夜間の急病の時は、まず「子ども医療電話相談」に、ご相談ください。
お子さんの急な病気への対処方法や、応急処置などを相談できる窓口です。

◆ 阪神北広域こども急病センター電話相談

電話番号は **072-770-9981**

- ・ 相談時間
平日：20時～翌朝6時30分
土曜日：15時～翌朝6時30分
日曜日・祝日・年末年始：9時～翌朝6時30分
- ・ 看護師がご相談に応じます

けが・やけど・目・耳・歯の診察は行っていません
ので、お気を付けください。

◆ 小児救急医療電話相談

電話番号は **#8000**

- ・ 相談時間
平日・土曜日：18時～翌朝8時
日曜祝日及び年末年始：8時～翌朝8時
- ・ 看護師がご相談に応じます



スムーズに受診するために

① 病院に連れていく方

お子さんの様子について、一番よく知っている人が連れて行ってください。

② 持っていくべきもの

- ・ 母子健康手帳
- ・ 発熱している場合、メモか熱の推移についてのグラフ(体温表)
- ・ 他の病院でもらった薬の名前が書かれた紙(お薬手帳など)

③ 受付へ症状を伝える(できれば受診の前に電話で伝えましょう)

状況によっては、優先して受診できたり、感染症疑いで別室で診察をすることがあります。



早めの受診が必要なとき

- ぐったりしている
- 呼びかけても反応しない
- あやしても泣きやまない
- 顔色が悪い
- 排尿がない
- けいれんが続いている
- 嘔吐下痢が止まらない
- 呼吸が苦しそう、ゼーゼー音がする
- 全く哺乳しない