



ほけんだより 12月号



2025年12月1日

昭和ナースリー

看護師

本格シーズン到来!!

流行性おう吐下痢症 (ウイルス性胃腸炎の場合)

ロタウイルス、ノロウイルス、アデノウイルス

潜伏期間=1~3日

汚染された食品や飲料水からの経口感染、感染者のおう吐物や糞便で汚染されたものからも糞口感染する。症状がなくなっても、ウイルスは10日間くらい排出されている。

※できるだけ早く医師の診断を受けましょう。

突然のおう吐から始まり、同時かやや遅れて下痢になる。発熱・腹痛もある。

3日以内に回復に向かう。



ロタウイルスに感染したときは、下痢便が白くなることもある。

おうちでケア



- ※おう吐が落ち着いたら、水分補給をしましょう。
- ※便のようすを見ながら、消化のよい食べ物を少しずつ与えましょう。
- ※症状がひどいときは、入浴を控えましょう。
- ※便やおう吐物は、マスクや手袋を着け、適切に処理しましょう。

出席停止期間

おう吐や下痢の症状が治まり、普通に食事ができること。

予防チェックリスト

- ☐ ていねいに手洗いをする。
- ☐ 二枚貝を料理するときは、しっかり加熱する。

ウイルス性胃腸炎には抗ウイルス薬はなく、善玉菌を増加させる整腸剤が処方されることがあります。(下痢止め薬は回復を遅らせる場合があるため、積極的に使用しない)

乳幼児の嘔吐・下痢で最も重要なことは、脱水を予防すること。
経口補水液で、塩分もしっかり摂りましょう!



ナースリーでは、感染拡大防止のため、便や嘔吐物で汚れた衣類はビニール袋に入れ、洗わずにそのままお返ししています。ご理解とご協力をお願いいたします。

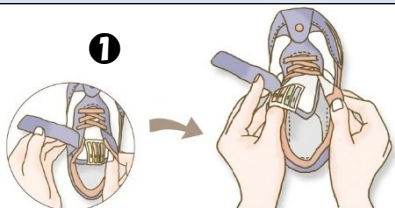
ご自宅で洗濯する際も、塩素消毒や熱湯消毒をするなど、家庭内感染を防ぎましょう!

子どもの靴の正しい履かせ方、 知っていますか??

合言葉は『かかとをトントン、ベルトをぎゅーっ♪』

正しく靴を履くことができると、転びにくくなるだけでなく、歩きやすさや走りやすさ、そして子どもの足の発達にも良い影響を与えます。ぜひお子様と一緒に声かけをして、習慣化してみましょう!

- ① 足を入れやすくするために、まずマジックテープをはずし、開口を広げる。
- ② 靴に足を入れ、かかとをトントンとして、靴のかかとの内側にフィットさせる。
かかとが動かないよう、しっかりマジックテープを締める。



②



昭和ナースリー11月の感染症報告

- 新型コロナウイルス感染症 2名
(職員1名・ひよこ1名)
- 流行性角結膜炎(はやり目) 1名(ひよこ)

年末年始の急病に備えて・・・

年末年始はほとんどの病院が休診になります。お子様の急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院のほか、近くの救急病院の診療時間を確認しておきましょう。

【世田谷区医師会】のホームページに、年末年始でも診療可能な病院一覧が載っています。