



令和6年 1月31日
さつき認定こども園
看護師 嘉手苅 愛



2月3日は節分です。子どもたちの『鬼は外、福は内!』の元気な声が聞こえます。子どもたちの中にいるウイルスや細菌が全て体の外に出ていきますように。そして、成長とともに子どもたちが丈夫で健康な体になるように祈ってます。

風邪からくる急性中耳炎に注意

かぜをひいた後、気を付けたい「急性中耳炎」。鼻水が耳管（耳と鼻をつなぐ管）を通して耳に流れ込み、炎症をおこします。こどもは耳管が短くて太いため、急性中耳炎になりやすいのです。

症状→高熱・激しい耳の痛み・耳の違和感・閉塞感・耳が聞こえにくくなる・耳だれ等

乳幼児は自分で言えないため、機嫌が悪くなる、ぐずる、耳を触るなどがあります。

予防→鼻水はこまめに拭く。鼻は強くかまないで片方ずつ優しくかむ

繰り返しやすく、滲出性（しんしゅつせい）中耳炎に移行しやすいので、きちんと治療を受けて治しましょう。



インフルエンザまだ安心できません

インフルエンザ

予防

インフルエンザや
真菌が感染する人

メートルいじょう
2m以上
あける

- ・マスクをする
- ・人に向けてせきをしない

鼻や口に
さわらない

手洗いや
アルコール
消毒をする

高熱などが出たら

病院へ
安静にする
薬を飲む
水をたくさん飲む

発熱から 最低5日間
熱が下がってから 3日間
は休もう!

けいれん、うわごとなど
さらに悪化したら
すぐに病院へ!!

【こんな時はお休みしましょう】

※朝から37.5℃以上の発熱とともに元気がなく機嫌が悪い

※食欲がなく朝食・水分がとれず、顔色が悪くぐったりしている

※24時間以内に38℃以上の発熱があり、24時間以内に解熱剤を使用した

※呼吸が速く苦しそう。呼吸時にヒューヒュー音がする。咳で眠れない

※24時間以内に2回以上の嘔吐、または4回以上の下痢がある

