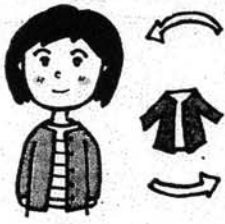


ほけんだより 5月

平成30年5月14日
林間小学校 保健室

新学期が始まって一か月が過ぎました。新しいクラスにも慣れ、そろそろ疲れが出てくる頃です。今年は5月に入ってもインフルエンザによる欠席が見られる状況ですし、気候の変化にからだは追いつかず、体調を崩しやすくなります。暖かくなってくるとお風呂もシャワーで済ませがちになりますが、湯船につかってリラックスして、免疫力をアップさせましょう。

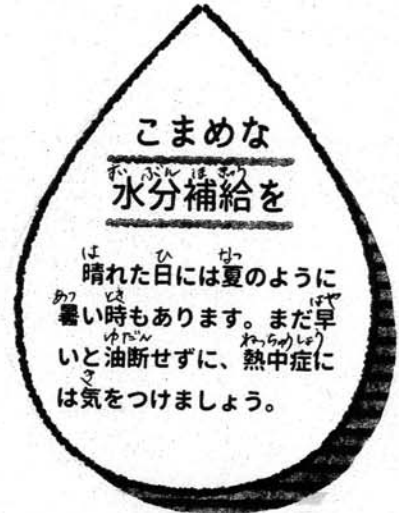
あついかも？ すずしいかも？



「着る⇄ぬぐ」が
しやすい服をえらぶ
ましん



あせ 汗ふき用のタオルや
ハンカチをいつも持ち歩く



こまめな 水分補給を

は 晴れた日には夏のように
あつ 暑い時もあります。まだ早
いと油断せずに、熱中症に
は気をつけましょう。

はしか(麻疹)について

沖縄県や愛知県で広がって話題になっているはしか。国内での感染はほとんどみられなくなりましたが、今回のように海外からもちこまれたウイルスによる感染が各地で起こっています。インフルエンザよりも感染力が強く、ワクチンによる予防が大切です。

しょうじょう 症状

潜伏期間は10～12日程度で、症状は発熱、鼻汁、めやにや結膜の充血などがみられます。発疹の出る前に口腔内に白い小さい斑点がでます。いったん熱が下がってきたかと思うと再び高い熱がでて、発疹が全身に広がっていきます。合併症がない限り、7～10日程度で回復しますが、約3割の人が合併症を起こすこともあり、死亡例も報告されている感染症です。麻疹ウイルスに効く薬はありません。

ちゅうい がっぺいしょう 注意すべき合併症

はいえん のうえん だいがっぺいしょう
肺炎と脳炎の2大合併症のほか、
ちゅうじえん あきゅうせいこうかせいぜんのお
中耳炎や急性硬化性全脳
えん おも のうえん
炎という重い脳炎がまれに起こります。

ちゅうい ひつよう せだい 注意が必要な世代

1978年～1990年4月
1日の間に生まれた人は、定期ワクチンを1回しかうけてない可能性が高いです。

ワクチンを1回も受けていない人も注意が必要です。

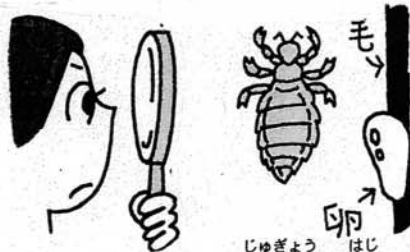
感染拡大を防ぐため、疑わしい症状がある場合には、医療機関に連絡し、指示をうけてから受診するようにしましょう。



空気感染で
人から人に飛び移る
旅がらすでやんす

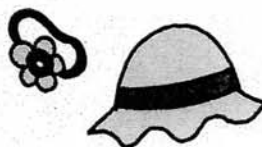


アタマジラミに気をつけよう



清潔せいけつにしても、季節きせつを問わず発生とするアタマジラミ。プールの授業はつせいが始まる前に、ご家庭で
お子さまの髪の毛こをよくチェックしてみてください。もしアタマジラミが発生したら早はつせいめに駆除はやを
開始かいししましょう。

アタマジラミの予防



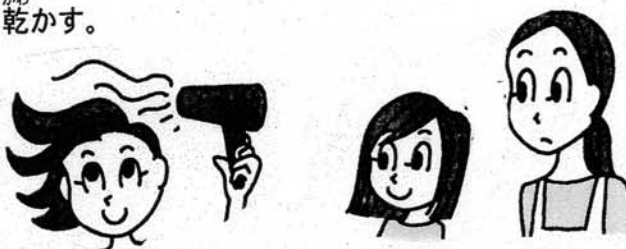
・帽子ぼうし、ヘアゴム、くしなどの貸し借りはしない。

※出先で、記念撮影用に貸し出してくれる帽子などは、不特定多数の人がかぶっているので注意しましょう。

・普段から毎日髪ふだんを洗い、ドライヤーまいにちかみでよく乾かす。

・髪かみをよくとがす。

・子どもこどもの髪かみを繰り返しくチェックする。



アタマジラミが見つかったら・・・

薬局やくきょくで専用せんようのシャンプーうが売っているので、薬剤師やくざいしさんに相談そうだんしましょう。シャンプーで成虫せいちゅうは駆除くじょできても、卵たまごはできません。卵たまごはすき櫛くしをつかって駆除くじょする必要があります。



薬剤耐性アタマジラミ

治療薬ちりょうやくの効かないアタマジラミが5%程度きいて、今後は薬剤抵抗性やくざいていこうせいのアタマジラミが蔓延まんえんする
可能性かのうせいもあります。薬剤やくざいが効かないアタマジラミの場合ばあい、頻回ひんかいにすき櫛くしで除去じょきょしていくほかに、一
匹びきとりののがしてもまた数かずが増え、駆虫くちゅうが追いつかない場合ばあいもあるようです。薬剤やくざいを用法通りようほうどおに使用しよう
しても駆虫くちゅうできない場合には、早はやめに医療機関いりょうきかんへ相談そうだんに行きましょう。

出席停止について

次の感染症しゅっせきていしにかかったときは、欠席けっせきではなく“出席停止しゅっせきていし”の扱いになります。治あつかって登校なほする
際は、医療機関いりょうきかんで「治ゆ証明書ちしゅうめいしょ」を記入きにゅうしてもらい学校がっこうに提出ていしゆつしてください。

※インフルエンザは保護者ほごしゃの方が記入かにゅうする治ゆ届ちとどけを提出ていしゆつしてください

【出席停止になる感染症】

インフルエンザ、百日咳ひゃくにちせき、麻疹ましん（はしか）、風疹ふうしん（三日はしか）、水痘みず（水ぼうそう）、流行性耳下腺炎りゅうこうせいじかせんえん（おた
ふくかぜ）、結核けっかく、咽頭結膜熱いんとうけつまくねつ（プール熱）、流行性角結膜炎りゅうこうせいかくけつまくえん（はやり目）、腸管出血性大腸菌感染症ちようかんしゅつせいでいちょうきんかんせんしやう、急性
出血性結膜炎しゅっせいけつまくえん、帯状疱疹たいじやうほうしんなど