

ほけんニュース

感染した後の対処法

夏の感染症 & 皮膚トラブル

夏に多く見られる感染症や皮膚トラブル。予防を心がけていても、かかってしまうことがあります。そんな時の対処法を確認しておきましょう。

***** 夏に多い感染症 *****

手足口病

症状 手のひら、足や足の裏、ひじ、ひざの周りや臀部に赤く細かい発疹や口の中、舌、のどの周囲に水泡ができます。痛みで水分や食事がとれなくなることもあります。ウイルスの種類によっては無菌性髄膜炎などの合併症を起こすこともあるため、注意が必要です。

家庭では 脱水を起こさないように水分補給を心がけます。口の中を痛がる時は、刺激が少ない口当たりのよいものを与えます。発熱もなく食欲もあれば登園も差し支えありません。おとなにも感染するので注意します。



ヘルパンギーナ

症状 急な高熱(38~40℃)が出て、2~3日続きます。のどの痛み、よだれが増える、食欲の低下、不機嫌などの症状が見られます。鼻水、くしゃみ、せきなどはほとんどありません。

家庭では のどの痛みがうまく伝えられない乳幼児では、よだれが多いことも特徴のひとつです。のどの痛みにより、固形物を嫌がる時は、のどごしのよい食べ物や飲み物を与えます。熱が下がり、飲食が十分にできるようになるまで、園は休ませましょう。



咽頭結膜熱(プール熱)

症状 急な高熱(38~40℃)が出て、のどの痛みやだるさがあります。目が真っ赤に充血し、首のリンパ節が腫れます。のどの奥が赤くなり、白っぽい分泌物が出ます。熱は3~4日続き、全身症状がよくなるまで1週間程度かかります。

家庭では 安静にし、高熱やのどの痛みによる脱水に注意します。食事は、のどごしがよく、やや冷たいもの、甘いもの(ゼリーなど)を与えます。おもな症状(発熱、目の充血、のどの痛み)がなくなった後、2日を経過するまで登園できません。



流行性角結膜炎(はやり目)

症状 1~2週間の潜伏期間後、急に発症します。結膜の充血、かゆみ、ゴロゴロした異物感、まぶたの腫れ、粘り気のある目やになどの症状が見られます。

家庭では 感染力が強いため、目の充血や目やになどの症状がなくなり、感染の恐れがないと医師に認められるまで登園はできません。家庭内での感染が広がらないように手洗いを心がけ、タオルは共有せず、ドアノブや蛇口などの消毒を行います。



伝染性膿痂疹(とびひ)

症状 虫刺されやあせも、すり傷などに黄色ブドウ球菌などが入り込み、水ぶくれができます。水ぶくれが破れ、それをかいた手で、ほかの皮膚に触れると広がります。

家庭では 滲出液が多い時や患部が広範囲な時は1~2日間、登園をひかえます。患部を覆うことができれば登園も可能です。プールはとびひの症状がおさまるまでひかえます。患部は石けんとシャワーで洗い流して清潔にします。抗菌薬を含んだ軟膏を塗ります。

伝染性軟属腫(水いぼ)

症状 白色で水っぽい光沢のある1~5mm大の半球状の腫瘍で、表面は平たく中央に凹みがあるいぼが体にできます。数か月から2年程度で自然に消失するといわれています。

家庭では こするとうつるため、わきの下や腕などでは広がりやすいので注意します。また、タオルやビート板などを介してうつるため、共有はしないようにします。

***** 皮膚トラブル *****

あせも

症状 背中やひじの内側、首などに白や赤色の発疹が広がります。白く小さいものは1~2日で治りますが、赤いものは皮膚の炎症があり、かゆみをともないます。

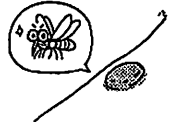
家庭では 汗をかいたら、シャワーで流したり、こまめにタオルで拭いたりします。また、着がえさせます。また、あせもをかきこわさないように爪は短く切ります。



虫刺され

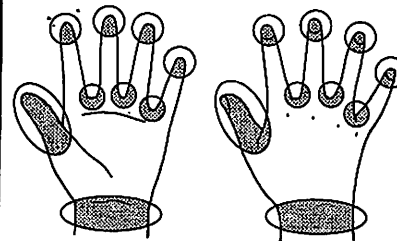
症状 蚊やブユなどに刺されると大きく赤くはれることがあります。かきこわさないようにします。

家庭では 患部を石けんでよく洗い、市販の虫刺されやかゆみ止めの薬などをつけます。患部を冷やすとかゆみがやわらぎます。



感染症対策には しっかり手洗い

洗い残しやすいところ



感染症予防のためには、石けんをよく泡立てたていねいな手洗いが大切です。特に、洗い残しやすい「指先」「指の間」「親指」「手首」をしっかり洗います。

流水で十分に洗い流したら、清潔なタオルやハンカチ、ペーパータオルなどで拭き取ります。

感染症予防の基本である手洗いをきちんと身につけ、実践していきましょう。