

ほけんだより 1月

羽つき遊びで使う球を、「むくろじ」と言います。不思議な名前ですが、漢字にすると「無患子（子が患わ無い）」羽つき遊びには、無病息災の願いが込められているのですね。今年も、子どもたちの健康を一生懸命サポートしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

せきから考えられる病気は？

かぜ

せきの特徴は？
最初は「コンコン」、長引くと「ゴホゴホ」

痰はなるべく出して、気管をきれいにしましょう。水分をとったり、部屋の中を加温すると、痰が出やすくなります。



クルーズ症候群

せきの特徴は？
「ケンケン」と犬の鳴き声のようなせき

声帯周辺が炎症で腫れている状態です。ヒューヒューという息をとまなう場合、気道が狭くなり、かなり危険な状態かもしれません。早めにお医者さんへ行きましょう。



急性気管支炎

せきの特徴は？
乾いたせきから湿ったせきに变化。発熱を伴うことも

カゼが悪化し、のどの炎症が気管支におよぶケースが一般的です。呼吸が苦しうなどの症状が見られたら、早めに受診を。



肺炎

せきの特徴は？
長引くせきと熱。呼吸が苦しう


入院を要することもあるので、せきや熱が長引くときは病院へ行きましょう。



百日咳

せきの特徴は？
長引く激しいせき。息を吸うときにヒューと音がる

ワクチンの接種率が向上したことで、患者数は減っていますが、まだ流行している地域もあります。赤ちゃんにとってはこわい病気なので、注意が必要です。



せきをしているときにお家でできることは？

- ☐ 部屋の中を加温しましょう。
- ☐ 上体を起こすと楽になる場合があります。
- ☐ せき込んでいるときは、何回かに分けて少しずつ水分をとらせてください。
- ☐ たばこは吸わないようにしてください。

せき止め薬をあげるときは？

せき止め薬をあげるときは、できるだけお医者さんに相談してからにしましょう。

12月の病気欠席

熱：3日/3人 昨日熱：6日/6人 咳：2日/2人 鼻水：2日/1人 腹痛：1日/1人 嘔吐：5日/5人

下痢・嘔吐：3日/2人 胃腸炎：2日/2人 体調不良：2日/1人 大事とって：4日/4人 突発性発疹：2日/1人

入院：9日/2人 自宅療養：9日/1人 インフルエンザA：職員は出ましたが園児は報告なし