すこやか赤ちゃん通信　　12月15日号

「子どもの感染症」

12月に入り、年内も余すところわずかとなりました。皆さま体調はいかがでしょうか。今回は、「子どもの感染症」についてのお話です。

●子どもの感染症の特徴

　子どもが保育園に入所すると、長時間の集団生活により、感染症にかかりやすくなります。また、大人に比べて、免疫力や体力がなく、手洗い等の感染対策が十分にできません。

　寒い時期になり、インフルエンザやノロウイルス等の集団感染が発生ししやすくなっているため、日常からできる感染症対策をお伝えします。

●日常でできる感染症対策

　一般的な対策として、

・食事と睡眠をとり、規則正しい生活を心がけましょう。免疫力と体力の低下を防ぎます。

・手洗いは、石鹸を使い、30秒以上を心がけましょう。手洗いをするタイミングは、外から帰ってきた時、トイレの後、食事の前です。特に、指先・爪・指の間、親指、手首は洗い忘れの多い部位です。１人では手洗いが難しい子どもは、大人が手伝ってあげることで、インフルエンザの様な接触感染を防ぎます。

特に赤ちゃんは、

　・予防できる感染症は、早めに予防接種を打ちましょう。

　・日頃から、環境の整備を心がけましょう。お部屋の清掃や整理整頓をすることは、事故予防にも繋がります。特に、赤ちゃんはおもちゃを口に入れるため、遊び終わったら消毒し、他の赤ちゃんと極力共有しないと良いでしょう。

　・食材は、衛生的に適切な温度管理をして扱いましょう。食材を十分加熱し、調理器具も洗浄・消毒をすることで、ノロウイルス等の口からの感染を防ぎます。

●感染症を疑う時の対応

　子どもの顔色や体温、咳・鼻水等の様子から、感染症を疑う時は、病院を受診

しましょう。登園する時期は、感染拡大を防ぐため、医師の指示に従います。

また、早期発見は、病気の重症化や合併症を防ぐことに繋がります。

寒くなり、体調を崩しやすい時期ですが、日ごろから感染症対策を心がけ、大人も子どもも感染症に気を付けましょう。