



ほけんだより 9月



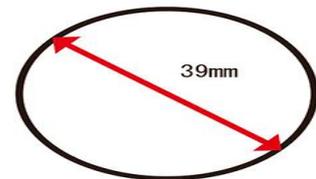
令和4年9月号



残暑は厳しいものの、朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。元気に遊んだ夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入ってたっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気をつけましょう。まだまだ熱中症と新型コロナウイルス感染症予防対策が必要な時期なので、エアコンで温度調節しつつ、窓やドアを開けたり、サーキュレーターや空気清浄機を活用したりして換気に取り組んでいきましょう。

家の中の事故を防ぎましょう

子どもにとって安心して過ごせる家の中が、じつは事故の危険度が高い場所だということをご存じでしょうか？ **0~6歳の子どもの事故の約40%は、家の中で起こっています。**家の中で起こる事故はさまざまですが、特に命にかかわるのが、窒息です。0歳児が圧倒的に多いものの、1歳児、2歳児でもゼロではありません。家の中を安全・安心な場所にするために、もう一度チェックしてください。



小さいものはしっかり管理

3歳の子どもの口の大きさは約4cm。これより小さなものは、子どもの手の届かないところに保管しましょう。ボタン電池、ナッツ類、たばこ、薬など、身近なものでも飲み込むと危険なものはたくさんあります。

リビングなど



ソファやベビーベッドから落ちたり、たばこを飲み込んだりといった事故がよくあります。

キッチン



炊飯器や電気ポットなど、調理器具によるやけどが多い場所。

浴室



残り湯に落ちる、入浴中にちょっと目を離したすきにおぼれるなど、水の事故の危険があります。

ベランダ



台などによって手すりを越える事故が、3歳以降急増します。危険なものがないかチェックしましょう。

新型コロナウイルス感染症と症状が似た「RSウイルス感染症」が流行しています。また、国内における小児のコロナの症状については、オミクロン株流行期は発熱の頻度が高く、熱性けいれん、咽頭痛、クループ症候群、嘔吐の症状が多いと言われています。今回、「RSウイルス感染症」と「クループ症候群」についてご紹介します。

RSウイルス感染症

1歳までに50%、2歳までにほぼ100%の乳児が感染しますが、終生免疫がないため、その後も再感染を繰り返します。毎年かかる子どもも多いようです。

4~5日の潜伏期間の後、鼻水、咳、発熱などの風邪に似た症状が現れます。通常は1週間前後で回復しますが、中には肺炎や気管支炎を発症する子どももいます。生後6ヵ月以下の乳児は重症化して入院する場合もあり、特に注意が必要です。

クループ症候群

発熱や咳、喉の痛み等風邪とよく似た症状が現れますが、声帯の下が腫れ、咽頭が狭くなる為、呼吸困難を起こします。特に息を吸う時に苦しくなり、咳込んだ時に「ケーンケーン」と犬が鳴くような乾いた咳が出ます。乳幼児は病状が急変しやすく、呼吸困難を起こすこともあるので、この咳が出始めたらすぐに受診しましょう。ご家庭では、乾燥の時期には部屋の湿度を上げ、やや頭を高くして寝かせましょう。咳込む時は、体が少し前屈みになるようにして胸や背中をトントンと軽くたたくと、呼吸が楽になるようです。