



時が過ぎるのは早いもので、今年も残り少なくなりました。寒さとともにインフルエンザやノロウイルスの流行が聞かれる季節でもあります。うがいや手洗いをいつも以上に丁寧にすることが感染の予防につながります。忙しさに負けず、健康維持に努めましょう。

### 感染性胃腸炎

冬になると乳幼児はよく嘔吐下痢症にかかります。

これは主にロタウイルスやノロウイルス、アデノウイルス等によるうつる病気です。感染力が強くアルコールや石けんにも強いので、塩素系消毒液（台所の消毒液のツンとする匂いのあるタイプ、キッチンハイター等）でないと死滅させられません。便や嘔吐物の中に大量のウイルスが含まれているので、嘔吐物や便の処理をする時は使い捨ての手袋やエプロン・マスクをすることが望ましいです。

### 子どもが嘔吐したら

子どもが吐いたら、吐いた本人は驚いて不安になるので大人は騒がずに落ち着いた声かけをしながら片付けてあげましょう。

ご家庭なら吐物に新聞紙をかけて覆い隠しておき、本人の手や口を拭いて着替えをしてあげます。汚れた場所が広がらないよう大きなビニール袋に汚れ物を入れましょう。

子どもの熱を測り、また吐いてもものに詰まることがないように目の届くところにおいて休ませましょう。出来れば口をすすがせますが、使った場所も最後は消毒液を流して下さい。

## はしかと風しんは 予防接種が効果的！

はしかと風しんは、乳幼児がかかりやすい感染症。集団感染することも多く、抵抗力が弱い0、1、2歳児は、体力が奪われるのでとてもつらい病気です。予防接種で防ぐことができるので、1歳を過ぎたらすぐ、はしかと風しんの混合ワクチン（MR）の接種をお勧めします。

接種当日に体調が悪いと受けられないので、接種日前は疲れないようにするなど、体調管理を心がけましょう。



## 2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38～39℃  
の高熱

セイセイとい  
う呼吸音

激しいせき

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくりに飲ませる

