



平成 30 年 12 月 1 日

白鳩保育園

保健衛生係

* インフルエンザの流行が始まる時期です *

インフルエンザウイルスにはいくつかの型があり、年によって流行する型が異なりますが、感染力が強く、毎年12～3月にかけて集団流行します。(※昨年度はインフルエンザB型が流行しました。)

【主な症状】

- ・急激な発熱、悪寒、頭痛、のどの痛み、鼻水
筋肉や関節の痛み

※B型の場合、体温が微熱程度になることがあります。

- ・吐き気や下痢などが現われることも。
- ・風邪よりも症状が重いのが特徴。



出席停止期間：発症してから5日を経過し、かつ解熱後3日を経過するまで。

↳無理をするとぶり返したり、人にうつす可能性があるからです。この期間を守り、家庭でゆっくり療養してください。

【予防接種】

インフルエンザのワクチンは、接種しても発症することがありますが、症状が軽く済むことが多いようです。

子どもの場合は、2回接種が標準です。接種してから、2週間以上経たないと効果が現われないため、流行期に入る前に済ませるようにしましょう。

ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談してください。

❄ やけどをしたら・・・ ❄

冬はやけどの事故が増える時期です。

◎万が一やけどをしてしまったら、まず流水で15～30分ほどしっかり冷却することが大切です。このとき、患部に直接流水を当てるのではなく、少し上の部分に当てるようにします。痛みが治まるまで冷やすのが目安です。

◎衣服を着た状態でやけどをした場合は、衣服の上から冷やすようにします。

!!無理に脱がせようとすると皮膚がはがれてしまうことがあるので、絶対に脱がしてはいけません!!

「低温やけど」にも気をつけましょう。

ホットカーペットや使い捨てカイロに長時間触れることで起こる低温やけど。痛みを感じにくく、重症化しやすいのが特徴です。肌が赤くなり子どもが痛痒く感じていたら要注意です。

↓こんな時は救急車を呼んでください↓

◎広い範囲にわたるやけど。

◎体表面積 10%以上のやけど。(子どもの場合、腕や足1本の面積がほぼ10%です。)

