

秋が深まり日ごとに寒さが身に染みるようになってきましたね。
この季節は体調を崩しやすいですが秋はまだまだこれから!!
11月の寒さに負けず秋を楽しんでいきたいですね。



< 冬の3大感染症 >

病名	感染経路	主な症状	家でのケアポイント
感染性胃腸炎	飛沫感染 接触感染 経口感染	突然の嘔吐 少し遅れて下痢 腹痛・発熱	・嘔吐がある時は食べない ・こまめな水分補給 (はじめは5~10分ごとに小さめの スプーン1杯ずつ)
インフルエンザ	飛沫感染 空気感染 接触感染	38℃以上の高熱 全身倦怠感 筋肉・関節の痛み	・安静が一番! 元気になるまで しっかり見守る ・十分な水分補給 ・消化の良いものを食べ、しっかり 休む。
RSウイルス	飛沫感染 接触感染	発熱・鼻水・咳 (徐々に咳がひどく なりゼーゼー、ヒューヒュー した呼吸になることも)	・「咳がでるごとに一口」とこまめに 水分補給 ・加湿器などを使い空気の 乾燥を防ぐ

< 様々な消毒方法 >

咳・発熱	インフルエンザ RSウイルスなど	嘔吐・下痢	ノロウイルス ロタウイルスなど
① アルコール消毒	② 次亜塩素酸 ナトリウムでの消毒	③ 熱湯消毒	
主に手指消毒に使用。 エタノール60~95%含む アルコールを30秒かけて すりこむ	塩素系消毒剤0.05%に 希釈したものに20分以上 浸し乾燥させる	金属など次亜塩素酸 ナトリウムでの消毒が 難しい場合 80℃以上のお湯で 10分以上加熱する	

気をつけてはいても手強い冬の感染症。手洗いうがいの
感染予防を大切に元気いっぱい過ごしていきたいですね!!



薬の種類	保管方法
錠剤・粉薬	室温保存(0~30℃) 湿気が少なく直射日光の当たらない場所で保管
シロップ	暗く、涼しい場所で保管。冷蔵庫保存が適している
座薬	熱さましの座薬は冷蔵庫保存。吐き気止めなど中には室温保存のものも。 (一度溶けてしまったもの、変形したものは効果が落ちる場合がありますので使用は避ける)

★ 小さなお子様の手の届かないところに

小さなお子様は手に取ったものを口に入れてしまいます。誤飲を防ぐためにも手の届かない所で保管を。

★ 薬以外のものと区別しなるべく別の場所で

食品、文房具、他日用品等と一緒に保管すると誤飲の原因となります。「薬」と区別して保管を。

★ 薬の容器・袋はそのまま

中身や飲み方、量を間違わないよう薬の入っている容器や袋の移し替えは控える。

! 薬の種類や量は診察した子の症状・体質・年齢などに合わせて処方しています
例え兄弟であっても薬の使いまわしはせず必ず医師の診察を受けてその子に
合った薬を処方してもらうようにしましょう

かわいい
ちびっこママ

みつけた!

すこやかでも安心・安全な
保育への取り組みとして
毎日遊んだおもちゃ等
全て消毒しています。
又、感染防止として
他のお子さまとの
おもちゃの共有も控えて
います



生協こどもクリニック
病児保育室
すこやか
〒940-1101
長岡市沢田 1-1-20
Tel
0258-33-7090