

妊娠



出産



乳幼児期



仙北市版ネウボラ

な

な

い

ろ

通信

妊娠期～子育て期まで切れ目のない支援をします。

【電話相談／仙北市保健課】

《固定電話》 ☎ 55-1112

《携帯電話》 📞 080-2813-0835

RSウイルス感染症が流行しています

▼動向／7月に流行の段階に入り、このまま増加し秋まで続くと予想されています。

▼RSウイルス感染症とは／乳幼児に多い呼吸器感染症です。生後1歳までに半数が感染し、2歳までにほぼ100%の小児が初感染するとされ、生涯にわたって何回も感染を繰り返します。

▼症状／発熱や鼻汁などの上気道感染症状から細気管支炎や、肺炎にいたるまで呼吸器の症状がでます。ほとんどの場合、1～2週間で回復しますが、重症例では入院が必要な場合もあります。潜伏期間は2～8日、多くは4～6日とされています。

▼感染経路／飛沫感染と接触感染です。また、感染力が強いため、家族感染や集団生活での流行を起しやすいとされています。

▼予防方法／

- ① 手洗い、手指消毒
- ② ドアノブや手すりの消毒
消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウム(0.02%)
- ③ 子どもがよく触れるおもちゃの消毒(消毒用エタノール)
- ④ 子どもがよく触れるぬいぐるみや毛布等の洗濯



妊娠・出産・育児

Q & A

Q. 妊娠しました。どんな手続きをしたらいいですか？

A. ▼まずは、産婦人科を受診して、妊娠を確定してください。

▼保健課(健康管理センター)で週1回の母子手帳交付日にお越しください。

その時に妊娠届書を提出し、母子手帳と妊婦健診受診券16枚、妊婦歯科受診券、産後1か月受診券、母乳育児相談券3枚の発行を受けます。



▼妊婦健診受診券発行に時間がかかりますので、待っている間にマタニティ教室として、管理栄養士・栄養士と保健師からの話があります。

▼同時に個別相談を行い、妊娠期の支援プランを作成します。

Q. 出産が近づいたら、何がどうというわけでもなく不安感のような気持ちです。どうしたらいいですか？

A. ▼パートナーや家族、職場の先輩ママなど身近な人に話してみよう。

※話を受ける方にお願ひがあります。聴いてあげるだけでも気持ち少し楽になります。「そうなんだ、でも、大丈夫だよ」と共感した言葉かけをお願ひします。

▼迷わずに「なないろ相談専用電話」080・2813・0835に相談してみよう。

