

妊娠

出産

乳幼児期

仙北市子育て世代包括支援
センター「なないろ」妊娠期から子育て期までの切れ目
ない支援をします。

【電話相談／仙北市保健課】

《固定電話》 ☎ 43-2252

《携帯電話》 ☎ 080-2813-0835

仙北市ホームページ
はコチラ！

冬にこどもがかかりやすい感染症と対策

こどもと感染症は、きってもきれない関係です。対策や予防法などを知って、この冬を元気にのりきりしましょう。

冬に流行する感染症

● 風邪

鼻やのどまわりの急性な炎症の総称です。さまざまなウイルスによって引き起こされます。

まずは安静にすることが基本です。寒くないようにして、ゆっくり過ごしましょう。

食欲がない時は無理に食べさせなくてもいいですが、水分はしっかりとることが大切です。

発熱した場合は脇の下、首の周囲、股の付け根など、太い血管が走っている部位を冷やし、からだ全体の温度を下げましょう。ただし、熱自体はウイルスと闘っている証拠なので、苦しさを和らげる程度にします。

● インフルエンザ

インフルエンザの症状は、一般的な風邪と似ていますが、38～40度の高熱が一気に出て、全身のだるさや筋肉痛など、全身の症状が強く出るのが特徴です。

インフルエンザの流行期に38度以上の熱があり、筋肉痛や関節痛、頭痛、くしゃみを伴わない咳といった症状があれば、発熱から6～12時間を目安に小児科を受診しましょう。



● ノロウイルス、ロタウイルス

秋から冬に流行しやすい感染性胃腸炎です。

どちらも抗ウイルス剤はなく、対症療法で回復を待ちます。

下痢や吐き気、嘔吐が続くと、脱水症状を起こす可能性があるため、こまめに水分補給しましょう。下痢止めは病気の回復を遅らせることもあるので、市販薬は使用せず医師に相談のうえで対処しましょう。

● RSウイルス

呼吸器の感染症です。何度も感染を繰り返し、2歳までにはほぼ全員が感染します。

多くの場合軽症ですが、細気管支炎や肺炎になることもあります。咳が悪化したり、呼吸困難の症状が出たらすぐ病院を受診しましょう。抗ウイルス薬はなく対症療法が基本です。家で安静に過ごしましょう。

❖ 冬限定ではありませんが他にも気を付けたい感染症は・・・

百日咳、マイコプラズマ肺炎、溶連菌感染症 などがあります。



こどもの冬の感染症を予防するには？

感染源を家庭に入れないこと、家庭内で広めないことが大切です。

- ◆手洗い、うがい、水分補給
- ◆食事や睡眠をしっかりと、規則正しい生活
- ◆タオルの共有を避ける
- ◆ワクチンで予防できる感染症は、早めに
- ◆おむつはしっかり密閉処理
- 予防接種をうける
- ◆感染の流行期には人ごみを避ける

こども救急電話相談室について

秋田県では、夜間におけるこどもの病気への対応方法や応急処置などを相談できる「こども救急電話相談室」を毎日開設しています。受診について判断に迷うときにお気軽に電話で相談してください。

◆開設時間 毎日 午後7時～翌朝8時

◆電話番号 018(895)9900 プッシュ回線固定電話、携帯電話からは #8000

