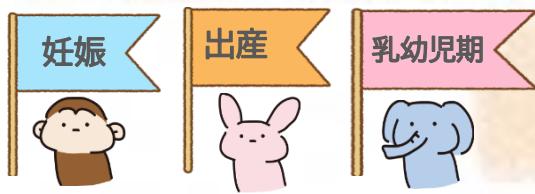




仙北市こども家庭センター  
妊娠期から子育て期までの  
切れ目ない支援をします。



【電話相談 / 仙北市こども家庭センター】

《固定電話》 0187-43-3305

《携帯電話》 080-2813-0835

## 冬に流行することの感染症



冬は「寒さ+乾燥」がウイルスにとって好都合であり、またこどもたちの免疫力も低下する季節です。今回は冬に流行する感染症とその対処方法についてお伝えします。

冬に流行することの感染症と症状	対処方法
<b>インフルエンザウイルス</b> 発熱（38℃以上）、頭痛、関節痛、全身のだるさ、鼻水・咳などの風邪症状があります。普通の風邪よりも急に強い症状が出るのが特徴です。	発熱から6~12時間を目安に小児科を受診しましょう。適切な時期に正しくお薬を飲むことで、熱が早く下がったり、ウイルスの量が減ったりと効果が期待できます。
<b>RSウイルス</b> 発熱、鼻水、咳など軽い症状ですむことが大半ですが、初めての発症や乳児期での発症だと肺炎など重症化することがあります。	ひどい咳やゼーゼーという胸の音が聞こえたら、早めに小児科を受診しましょう。ウイルスに対する薬はなく、鼻水や咳などの症状に対する治療が基本です。
<b>ノロウイルス・ロタウイルス</b> 感染性胃腸炎です。発熱・水のような下痢・急な嘔吐を起こします。乳幼児は重症化することがあります。症状が改善した後も最大で7日間ウイルスが排出されるため、二次感染に注意が必要です。	下痢や嘔吐で体の水分が失われる所以、こまめな水分補給と少量の塩分を補給しましょう。下痢止めは病気の回復を遅らせることがあるので、市販薬は使用せず医師に相談のうえで対処しましょう。

### ★感染症を予防するためにできること

- ◆手洗い、うがい、水分補給
- ◆食事や睡眠をしっかりとり、規則正しい生活
- ◆タオルの共有を避ける
- ◆予防接種をうける
- ◆おむつはしっかり密閉処理
- ◆こまめな換気
- ◆感染の流行期には人ごみを避ける

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。日々の生活の中で感染症予防を実践して過ごしましょう。

