

保健だよ!

令和2年度 1月号 若葉保育園

子どもが吐いたら……

ここを確認!

- おなかを痛がったり、下痢をしていないか?
- 食べすぎや飲みすぎはなかったか?
- 吐く前に食べたものは何だったか?
- 吐く前に頭やおなかを打っていないか?
- 熱はないか?

吐いた後ぐったりしている、機嫌が悪いなど、様子によっては急いで受診しましょう!



何度も吐き続けるときは……

- 食べ物や飲み物を与えず、安静にする
- 吐いたものが気管に入らないように、上体を起こすが、顔を横に向けて寝かせる

吐き気が治まったら……

- さゆや麦茶、野菜スープなどを、ひと口ずつゆっくり飲ませる



心配なインフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症で特に気をつけたいのがインフルエンザ脳症。特に0、1、2歳児は発症しやすく、後遺症が残ったり、重症化すると命を落としたりすることもあります。万が一のような症状が見られたら、すぐに救急車を呼んでください。

こんな症状は脳症かも?

- インフルエンザを発症して1~2日後に突然高熱が出る
- けいれんが10分以上続く
- けいれんを繰り返す
- 呼びかけても反応しない、ぼーっとしている、目がうつろである
- ずっと寝続けている



かぜの後の登園について

インフルエンザなどは、症状がすっかり治まった後も、ウイルスの排出が数日間続きます。家庭のみで「治った」と判断するのは控え、かかりつけの医師の診断を受け、許可をもらってから登園しましょう。幼児が登園できるまでの期間の目安は症状によって様々です。感染症にかかった時などは、出席停止期間をきちんと守り、二次感染が起らないようにしましょう。



正しいうがいがかぜ予防!

正しくうがいをする事で、ばい菌が逃げていき、かぜや感染症の予防ができます。

ブクブクうがいを1・2回した後、約15秒間のガラガラうがいを2・3回しましょう。子どものそばで「ば・い・き・ん・さ・ん・は・さ・よ・う・な・ら」と、ゆっくり言ってあげると、それに合わせて15秒くらいがんばれます。

また、うがいをするときはしっかりと上を向くことがポイントです。どのくらい顔を上げたらよいかの目安になるように、天井に動物のイラストなどをはっておき、それを見ながらガラガラうがいをする、のどの奥まで水が入ります。



尿検査

尿検査のご協力、ありがとうございました。検査結果で異常があった場合は個別にお知らせします。