



ほけんだより

伊江村立東保育所 令和6年6月3日(月)

梅雨に入り、じめじめした天気が続いていますね。子どもたちもお外を眺め、自然の不思議さを感じているようです。

じめっとしたこの時期は汗をかいたり、雨続きで寒くなったりと、体調も整えにくいです。その時に応じてお着換えをしたり、水分補給を心がけ対応できるといいですね！



季節の変わり目で体調を崩しやすい時期。きをつけようね～ケロケロ♪

◎ 諸検査について

・ **6月 7日(金)** 内科健診があります。

気になっているお子様の症状、相談したい事等ありましたら、事前に担任へお伝えください。

・ **蟻虫検査**、**尿検査**があります。

6月10日(月)に蟻虫検査、尿検査キットを配布します。

蟻虫検査 12日提出：11日(火)、12日(水)の朝にお尻ぺたんしてください。

尿検査 11日(火) 提出：11日(火)朝一番のおしっこを採ってください。

*朝の忙しい時間ですが、提出期限を間違わず、忘れずに検査して下さるようご協力お願いいたします。

・ **6月 25日(火)** 歯科健診があります。

*9時から検診スタートしますので**8：45分までに**登所してください。

そのせき 「肺炎」かもかもしれません

「ゴホゴホ」とたんが絡んだせきが3～4日続いたら、かぜではなく「肺炎」かもかもしれません。症状が重くなると、入院治療しなくてはならないこともあるので、早めに受診しましょう。

かぜの症状があって、3～4日高熱が続いている

呼吸が荒い

食欲がない

「ゴホゴホ」というたんが絡んだようなせきが出る

下痢やおう吐きすることもある

激しいせきが連続して出る

かぜからくるせきの病気

かぜは幼いほど重症化しやすいもの。かぜをひいた後、せきが長く続くと、のどの炎症が気管支や細気管支にまで進んでいるのかもしれない。



こんな症状

気管支炎

- 38℃以上の発熱
- 「ゴホゴホ」というたんが絡んだせき
- 日中も、睡眠時もせきが止まらない
- 2歳以下は、呼吸困難を起こすことも

細気管支炎

- 発熱する
- 次第にせきとたんが増える
- 息をすると「ヒューヒュー」「ゼーゼー」という音がする
- RSウイルス感染症が代表的

せきがひどいときは…

- 上体を起こすとたんが切れて、呼吸しやすくなります。
- 0、1、2歳の小さな子は、縦抱きで背中を軽くたいてあげましょう。
- 部屋の加湿と水分補給を。湿度は50～60%くらいが目安です。

