

ほけんだより



ミライズそら
れいわ6ねん



これからの時期は、特に注意！ 感染性胃腸炎！

【感染性胃腸炎とは？】

感染性胃腸炎は、ウイルスや細菌、寄生虫などさまざまな病原体による感染症です。

冬～春に流行する感染性胃腸炎は、**ロタ・ノロ**（まれにアデノ）ウイルスによるものがほとんどです。

秋～年末にかけてノロウイルス、年明けから春（1月～4月）にかけてロタウイルスが流行します。

ロタウイルスは、生後6ヶ月から2歳の乳幼児に多く、こども園・小学校などでの集団発生がみられます。

【ロタウイルスの特徴】

ウイルス性胃腸炎の中で最も強力で、**嘔吐**で始まり、**発熱**（半日～2日程度の期間）や**腹痛**の後、**下痢**が始まります。特に乳幼児では、**嘔吐・下痢・発熱**の3症状が揃って現れ、脱水症状を呈し、重症化する例もあり注意が必要です。

★潜伏期間は、2～3日です。

★米のとぎ汁のような**白色下痢便**が最大の特徴です。

（白っぽい黄・緑・茶色、うすい黄・茶色の場合もあります。）



【ノロウイルスの特徴】

ノロウイルスの主な症状は、**吐気、嘔吐、下痢**です。

ロタウイルスよりも軽症のことが多いのですが、乳児では、脱水症状を呈することがあるので注意が必要です。

便や吐物の中のウィルス粒子が手指や衣服などに付き、食品などを介しての経口感染や乾いた吐物からウィルスが発散するための空気感染もあるので、周りの人も注意が必要です。

★潜伏期間は1～2日です。感染力が強く、少量のウィルスでも症状を引き起こします。

【感染経路】

ウイルスが口から入ることにより感染しますが、食物や水に含まれるウイルスだけでなく、患者の便や吐物に含まれるウイルスによる汚染や、空気中に舞上がったウイルスを含む飛沫を介した二次的な感染があります。

ノロの場合は、症状が消えた後も3～4日（長い場合1～2週間）は便にウイルスが排出されるので、感染予防上の注意が必要です。

※別紙嘔吐物汚染の衣類洗濯処理法参照してください（保存しておいて下さい）

※回復されて登園時には登園届をお願いします。

こどもが薄着で過ごすメリット！（基本は「大人より1枚少ない程度」が良いと言われています）

体温調節機能の養成

暑さや寒さなどの気温の変化を肌で敏感に感じることができるため、自律神経を整えて、体温調節機能を養うことができます。

身体能力の向上

薄着で過ごすことで、身体能力の発達を高めることができます。

皮膚の抵抗力が高まる

薄着で過ごすことで、皮膚の抵抗力が上がり、風邪をひきにくく、回復しやすい丈夫な身体を作ることができます。

