



病児保育室「愛あいルーム」だより

令和 6年 9月発行

朝夕はすっかり涼しくなり、秋の深まりを感じる季節となりました。日中との気温差があるので体調管理には、気を付けて元気に過ごしましょう。現在、「マイコプラズマ感染症」「感染性胃腸炎」などの流行がみられています。

秋に注意したい体のトラブル



かぜ症候群

9～10月ごろは、鼻かぜ程度ですんでいることが多いのですが、11月ごろからは発熱を伴うかぜが流行りだします。衣類の調節をこまめにしながら、うがいと手洗いを習慣にして予防に努めましょう。

気管支ぜんそく

春と同様に、季節の変わり目になるとぜんそく発作を起こすことも増えてきます。気圧の変化や急に気温が下がることがきっかけになることもあります。室温の調節や空気の乾燥に注意して、発作が起きたら、速やかにかかりつけの小児科医を受診しましょう。

胃腸のトラブル

食欲の秋といわれるように、秋はなにを食べてもおいしい季節です。しかし、食欲にまかせて食べていると、消化不良など、胃腸のトラブルを起こすことがあります。食事は三食をきちんと摂り、よく噛んで、おやつはほどほどにしましょう。最近は季節に関係なく嘔吐下痢症が発症しているのので、症状が続く場合かかりつけの小児科医を受診しましょう。

こどもの咳について

咳は気道に入った異物や不要なものを外に出そうとする反応です。こどもは大人よりも気道が細く、ちょっとしたもので咳が出やすいのです。風邪の後も咳が続くことは、風邪という過程で作られた痰がまだ体内に残っている、または気道が反応しやすくなっていることが原因かもしれません。咳が続く場合は、他に症状が出ていないか、咳が出やすい時間帯はいつかを確認して受診時に医師に伝えましょう。

こどものサイン



◎至急、救急車を要請する

- ・突然、咳こみ呼吸困難になった
- ※異物誤えんの可能性があります。異物を確認・除去し、救急車を要請してください。

○至急、受診が必要と考えられます

- ・ゼイゼイ音、ヒューヒュー音がして苦しそう
- ・犬の遠吠えのような咳がでる
- ・発熱し、息づかいが荒くなった
- ・顔色が悪くぐったりしている
- ・水分が摂れない
- ・突然咳きこみ呼吸が苦しそうになった

参照：塩野義製薬 HP

「こども感染症ナビ」

2024年9月20日閲覧

救急車が必要か判断に迷うときは、「こども医療でんわ相談」全国同一短縮番号☎#8000へご連絡ください。受診する病院などのアドバイスも受けられます。