



## 8月7日は「鼻の日」です

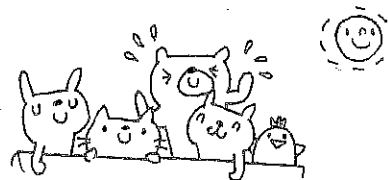
子どもの鼻は、粘膜がとても敏感で鼻腔（穴）も細い為、鼻水や鼻づまりになりがちです。鼻水が病気のサインということもあるので、見逃さないようにしましょう。

鼻水がサラサラ透明な時は感染症はなく、比較的早く治ります。反対に、色が緑っぽく粘りが出てきたら副鼻腔炎や感染症が疑われます。速やかに受診することをお勧めします。また、鼻づまりを放置すると、炎症がのどや耳に移ることもあります。鼻での呼吸が苦しい為、口呼吸の癖がつき歯並びに影響したり、口の中が乾燥して病原菌が体内に入りやすくなるといわれています。

鼻は空気の通り道としても重要な器官です。空気は鼻の中を通る間に加湿され、適度に温められます。その際に塵やウイルス等も取り除かれます。空気は鼻を通ることでのどや肺に負担の少ない空気になります。口から呼吸すると空気がダイレクトに気管に入るため風邪をひきやすかったり、中耳炎にかかりやすくなったりします。鼻水や鼻づまりなどの症状を早めに対処することも感染症予防のひとつになるのではないのでしょうか。

## 夏の感染症に気を付けて！！

### 【手足口病】



ウイルス感染によって発症します。手足や口の中に米粒大の水疱ができます。（近年は手足だけでなく、全身のいたる所に発疹が出る場合があります）口の中の水疱が破れると痛みを伴うため、食欲が落ちます。手足口病は感染していても（発疹があっても）、熱がなく、普段通りの食事が出来、全身状態が良ければ登園可能ですが、受診は必ずして下さい。大人にも感染します。十分気を付けましょう。

### 【ヘルパンギーナ】

急に高い熱が出て喉が痛くなります。口の中（扁桃の周り）に水疱が出来ます。熱もノドの痛みも2～3日で良くなりますが、感染症ですので受診をしてください。熱が下がって普通に食事が出来るようになったら登園可能です。

### 【プール熱・はやり目】

アデノウイルスによる感染症です。高熱や喉の痛み（プール熱）目やに・充血などの目に症状がでる（はやり目）のが特徴です。熱がさがり、目やに・充血が治まって2日以上経ってから登園可能です。熱などで受診した際「アデノですね」と医師から診断された時はアデノウイルス感染のプール熱・はやり目かどうかしっかり確認して下さい。プール熱・はやり目は医師の意見書が必要ですのでご協力お願いします。

7月になってから『まこと』でも手足口病が大流行しました。手足口病は見た目の症状が軽減（消失）しても便から1カ月くらいはウイルスが排出されているといわれています。排泄の処置をした後はしっかり手を洗いましょう。夏に流行し易い感染症は予防接種がありません。予防法は「手洗い・うがい」と言われています。上記の感染症は大人がかかると重症化し易いので、保護者の方も外から帰ったら「手洗い・うがい」をお子さんと一緒に改めて行ってみるのはいかがですか？