

ほけんだより～秋号～

令和5年9月1日

長野こども学園

まだまだ残暑が厳しい季節が続いています。気温の変化などにより体調を崩しやすくなることが考えられます。夏の疲れもあるのか、高熱でお休みされる園児も多いです。早めの受診をお願いします。また、解熱後1日は、静養してから登園していただきますようお願い致します。免疫力を高めるためにも引き続き早寝早起き、しっかりと睡眠や食事をとり生活リズムを整えていきましょう。

9月9日は「救急の日」です。この機会にご家庭の救急用品をチェックしましょう。



救急箱の中身、 チェックしてますか？

救急箱の中身に決まりはありません。普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけばOKです。ただし、滅菌ガーゼや薬は使用期限がありますし、テープ類は古くなると粘着力が弱くなります。1年に1回は中身をチェックしましょう。

CHECK!

絆創膏

けがをした部位に合わせて選べるよう、形やサイズをいくつか用意しておくとう便利。



はさみ

救急箱専用にしておくと衛生的で安心です。



体温計



ガーゼと 医療用テープ

傷口を保護したり、薬を塗った上にかぶせたりして使います。個包装の滅菌タイプが使いやすいでしょう。



毛抜きや ピンセット

皮膚に刺さったとげを抜いたりするのに使います。



常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど)



～合併症に気をつけましょう～

溶連菌感染症

熱やのどの痛み、
発しんが
出ることも

溶連菌感染症では、38～39度の高い熱が出て、のどが痛みます。のどの検査で診断がついたら、抗菌薬を飲んで治療します。治療をしないと全身に赤い発しんが出るほか、舌がイチゴのように赤くざらざらになるのが特徴です。

薬はしっかり
飲み切って

抗菌薬を飲み始めると1～2日で熱が下がり、症状は落ち着いてきますが、薬は最後まで飲み切りましょう。症状が治まっても、薬を飲んでいる間はまだまだ体の中には溶連菌が残っています。薬の飲み忘れに注意しましょう。しっかり治さないと腎炎などの合併症の危険があります。



かゆみが
出るときも。

登園再開の目安

抗菌薬を飲み始めてから24～48時間が経過していること