ほけんだより
5月号

令和７年５月１日
潮来市立あやめこども園

園庭で子どもたちが元気に遊ぶ姿が毎日見られるようになりました。新学期が始まって１か月近く経ち、疲れが出てくる頃でしょうか。注意が必要な病気や今の時期によく見られる症状と対処方法をいくつかお知らせします。

鼻水のおはなし

季節の変わり目や気温差などで鼻水が出やすくなります。黄色や粘り気のある鼻水が続いたり、他にも熱やのどの痛みなどの症状がある時は病院を受診しましょう。

ものもらい（麦粒腫）

まぶたやまつげの根元に細菌が感染し、炎症を起こすことがあります。痛みや痒みがあり、しこりができていたら「ものもらい」（麦粒腫）かも。ものもらいは人にうつることはありませんが、悪化すると膿をもってしまいます。手で触ったり、こすったりせず、早めに眼科を受診しましょう。

急性中耳炎

急性中耳炎(きゅうせいちゅうじえん)には、発熱、耳の痛み、耳だれなどの症状が見られます。機嫌が悪い、耳をよく触る、耳を触ると嫌がる、かぜが治っても熱が下がらないなどの症状が見られる場合は急性中耳炎を疑ってみましょう。ひどくしないためにも早めに耳鼻科受診を。

急性中耳炎になってしまったら…

- 痛み、発熱のある時は安静にします。
- 痛がる時は耳を冷やしましょう。温めると痛みが強くなります。
- 鼻水はすすらないようにします。
- 鼻をかむ時は片方ずつ、ゆっくりと。

百日ぜきが増えています！

全国的に患者数が多くなっています。風邪と似た症状から段々咳が強くなり連続した咳が長く続きます。
赤ちゃんがかかると命にかかわることもあるので4種混合ワクチンで予防されていますがワクチンの効果が弱くなった大人がかかるケースが増えているようです。大人はかかっても軽く済むことが多く、知らないうちに子どもにうつしてしまうことも！大人や兄弟も感染しないように注意しましょう。

うつさないよう気をつけることが大事です。

感染予防のために

- せきが出るときはマスクをつける
- こまめに手を洗う
- せきが続くときは受診する

百日ぜきと診断されると、抗菌薬が処方されます。量や期間を守って、正しく飲みましょう。