



ほけんだより

2024年10月号



園長 山下 優美
看護師 吉木 美恵

マイコプラズマ肺炎・・・って？

札幌市内での流行は見られていませんが、全国的には現時点で昨年より7倍多くマイコプラズマ肺炎の報告があります。

《潜伏期間》 2～3週間

症状 子どもの場合は、最初は咳の出る風邪かな？と思うくらいの症状から始まり、次第に“止まらない”と思うような繰り返す咳に変わり、発熱を伴います。

肺炎になると入院しなければならないケースも多く有ります。



インフルエンザの 予防接種をうけまよう

10月からは各小児科でインフルエンザの予防接種が始まります。

インフルエンザの予防接種は、罹らない為もありますが、死なない為（重症化の防止）になります。

今年は、夏からインフルエンザに罹ったこどももいます。

今年度も職員全員が予防接種を受けて、万全の予防体制で保育にあたります。



寒暖差に注意！



暑い夏と思っていたら、もう秋です。
朝は長袖で登園しても昼間は汗をかく事もあります。衣服でうまく調節できるように衣類ケース（引き出し）には、半袖と長袖の両方を用意しておいてください。



冬の準備

特に外用の上着は
風の通さない物
で、更にあまり厚
すぎて動きを妨げ
ないように・・・

肌着のシャツは真冬でも半袖を用意してください

鼻血について・・・

鼻血は自分で鼻をいじった時や鼻をかんだ時に起きやすいですが、突然出る時もあります。アレルギー性鼻炎や鼻の入り口に湿疹や炎症がある場合、鼻がかゆくていじる為に鼻血が出やすくなります。

よくある 間違った止血法

- × 首筋をとんとん叩く
- × 鼻の上の骨の硬いところを押さえる
- × ティッシュペーパーを詰め込み 何度も取り替える
- × 仰向けに寝る



ぜんぶまちがい



止血・・・体を起こして座り、下を向きましょう

小鼻を外側から指で少し強めに押さえて約10分間止血されるのを待ちます。血が多少滲んでも、脱脂綿やティッシュを途中で交換しないことが大切です。

詰め物を抜いて再び出血してしまったときはさらに10分間圧迫します。脱脂綿などが無いときは、小鼻全体を親指と人差し指で強くつまんでください。

