



ほけんだより

2月号



令和5年2月1日

エリナ保育園

子どもは風の子！寒さに負けず、外遊びを楽しむ子どもたちの姿が見られます。

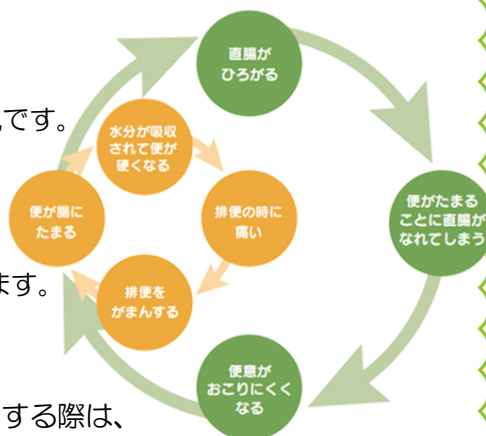
2月4日は暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、

一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。

感染症もまだまだ流行っているので、手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう♪

便秘について

便秘症は、放置しておく则ちだんだん悪くなることが多い病気です。硬い便を出して肛門が切れたり、痛い思いをしたりすると、2～3歳のお子さんは、次の排便を我慢してしまったり、肛門の筋肉を締めながら息むようになります。右の図のような2重の悪循環が起これると、こどもの慢性の便秘症は悪くなってしまうと考えられています。



便が長い時間出なかつたり、

便を出すときに痛がっていたりする際は、

1度病院を受診してみてください。

排便コントロールをしっかり行って、いいうんちを出しましょう💩

引用先:こどもの便秘-正しい知識で正しい治療を-



インフルエンザ		かせ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

気を付けて！インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症の一つで、主に5歳以下の子どもに発症します。発症から比較的早い時期に、けいれんを起こす、呼びかけても反応しないなどの意識障害の他に、急に怒ったり、怯えたり、うわごとを言うなどの言動が見られることもあります。このような症状が出たらすぐに医療機関を受診してください。

