



節分を過ぎると、もう「春」と言われますが、まだまだ寒い季節は続きます。あたたかくなったり、寒くなったり「三寒四温」を過ぎて、少しずつ春に近づいていきます。季節の変わり目には、体調を崩しやすくなりますので体調管理に気をつけて毎日を過ごしていきましょう。

▼ マイコプラズマ肺炎 ▼

最初は風邪と似た症状が現れ、1～2日遅れて咳が出始め、1ヶ月位しつこく続くのが特徴です。特に早朝や就寝前に、ひどく咳込む傾向があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は治療薬がありますので受診しましょう。潜伏期間（14日～21日）が長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので、消毒液を使うことで予防ができます。咳で感染が広がるため、手洗い・うがいなどをこまめに行いましょう。また、風邪やインフルエンザと同様、免疫力が弱っている時にかかりやすいので食事・睡眠をしっかりととり、規則正しい生活を心がけましょう。



クレープ症候群

クレープ症候群は、いわゆるのどのかぜ。冬に多い子どもの病気です。かぜの症状に似ていますが、ひどくなるとのどがはれて、呼吸困難を起こすことも。「ただのかぜかな」と思っても、早めに病院で診てもらってください。

- 症状**
- のどの痛み
 - ケンケンという甲高く犬がほえるようなせき
 - 声のかすれ
 - 息を吸うとヒューヒューという音がする

ケア

早めに受診し、かぜと同じケアを。せき対策には、部屋の湿度を保ち、水分をこまめに十分にとること。

夜間にせきがひどくなることがあるので注意！ 苦しそうなときは、夜中でも急いで受診してください。

0～1歳のせきに注意！ ぜんそく様気管支炎

0～1歳児は気管支が細いうえに、上手にたんを出すことができないため、気管支にたんが絡まって炎症を起しやすくなります。これが「ぜんそく様気管支炎」です。呼吸するとゼロゼロと音がしたり、せき、発熱などの症状が出ます。熱があって息苦しそうなきや、せきがひどくて眠れないときは、夜中であってもすぐに受診してください。

室内の加湿と換気、こまめな水分補給を心がけて、せきを楽にしてあげましょう。

ゼロゼロ

●咳エチケット●

咳やくしゃみをするときは、病気が広がらないように周囲への気配りが必要です。咳エチケットを守り、感染を防ぎましょう。

●咳・くしゃみをする時はティッシュペーパーで鼻や口を押え（もしくは自分の腕で口を覆う）周りの人を避けて行いましょう。

●マスクをして、他に人にうつさないようにしましょう。

1月利用のおともだち



予約受付 電話：0282-86-5505 内線：5955
月～金曜日 7時15分～18時00分
ご利用は申し込み順になります。
まずは、お問い合わせください。
獨協医科大学病院 病児保育室にじいろキッズ

1月利用状況	
病児利用件数	11件
キャンセル	10件

