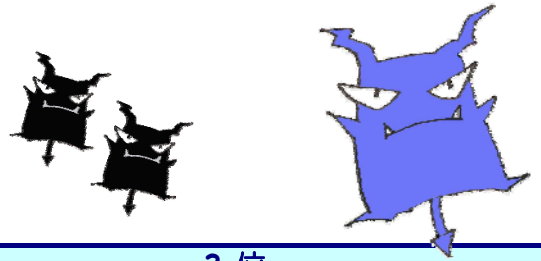


京都市こどもの感染症



☆☆ 去年の今ごろ、京都市で多かった感染症

1位	2位	3位
感染性胃腸炎	手足口病	ヘルパンギーナ
この時期は、細菌を原因としたものが多くみられます。	夏かぜの一種で、手のひらや足の裏に痛みのない水ぼうがで、口の中にも水ぼうがができます。口の中の水ぼうは、破れて口内炎になることもあります。1週間ほどで治りませ。発熱は、38度以下のことがほとんどですが、水分補給はまめに行いましょう。	夏かぜの一種で、高熱とのどにできる水ぼうが特徴です。水分補給をまめに行いましょう。のど水ぼうががつぶれて痛み、水分がとりづらくなったときは、少しずつ何度にも分けて与えるとういでしょう。また、飲み物の温度は、のどを刺激しないように、室温と同じ程度にするとよいでしょう。

☆☆ 夏場の嘔吐や下痢 ふだん家庭でできること

例年、カンピロバクターや病原性大腸菌、サルモネラ等の細菌が繁殖しやすい初夏から秋にかけて、細菌を原因とした感染性胃腸炎（お腹の病気）が多くみられます。特に乳幼児に多くみられますので、大人が注意してあげましょう。

●● 感染性胃腸炎の主な症状は？ ●●

嘔吐、下痢、発熱、腹痛などで、場合により血便が出ることもあります。特に乳幼児では、脱水症状になりやすいので、水分補給はこまめにしましょう。また、乳幼児は抵抗力が弱く、重症化する場合がありますので、症状が出た場合は早めの受診をお勧めします。



●● 予防のコツは？ ●●

- 外出後、調理前、食事の前、トイレの後、オムツ交換後などには、よく手を洗いましょう。
- 食品は生で食べるのを控え、十分に加熱しましょう。
(中心部の温度が75度で、1分間以上がめやす)
- 電子レンジの場合は、加熱ムラがないように。
 - ◇ 生肉（特に鶏肉や生レバー、ユッケなど）は控えましょう。
 - ◇ 冷凍した肉や魚を室内でゆっくり解凍するのはやめましょう。
 - ◇ まな板や箸などは、肉や魚用とそれ以外のものとに分けましょう。
 - ◇ 焼肉やバーベキューでは、生肉に触れた箸が直接口に入らないようにしましょう。



●● 家族に症状が出たら… ●●

- ◆ 下痢が続くときには、すぐにかかりつけの医療機関を受診しましょう。
- ◆ オムツ交換などで、患者の便に触れたときには、石けんと流水で十分に洗いましょう。
- ◆ 特に簡易プールでは、水道水を使用し、使用のたびに水を交換しましょう。
- ◆ 患者の入浴は最後にするか、シャワーだけにし、お風呂の水は毎日入れ替えましょう。
- ◆ 衣類等に患者の便がついたときには、煮沸するか塩素系の漂白剤などで消毒した後、他の人のものとは別に洗って洗濯し、天日で十分に乾かしましょう。

◆ 気になる症状があるときは、かかりつけの医療機関に相談しましょう！