



急な冷え込み、寒さで体調を崩しやすい時期になってきています。また、感染症も流行してくるので、体調管理には十分気を配っていきましょう。

### 感染性胃腸炎について

#### ☆感染を予防するために(患者)

- ・症状が治まるまでは病院以外を外出を控えましょう。
- ・マスクをしましょう。
- ・手をこまめに洗いましょう。
- ・処方された薬は最後まで飲みましょう。
- ・水分補給と十分な睡眠を心掛けましょう。
- ・同居人との食事は、場所や時間帯を変えましょう。

#### ☆感染を予防するために(同居人)

- ・十分な加熱調理を行いましょう。
- ・なるべくマスクをつけましょう。
- ・部屋の保湿・加湿に努めましょう。
- ・患者の看護をした後など、手をこまめに洗いましょう。

- 主な原因ウイルス・・・ノロウイルス、ロタウイルス
- 潜伏期間・・・通常1～2日
- 症状・・・嘔吐、下痢、腹痛、まれに発熱、頭痛、倦怠感
- 感染原因・・・ウイルスが付着した魚介類、患者便、嘔吐物

### インフルエンザについて

#### ○感染経路と症状

感染経路：接触感染を飛沫感染

症状：突然の発熱、全身の倦怠感、

A型：呼吸器症状 B型：消化器症状

#### ○迅速検査

A型は発熱12時間後には8、9割判るが、B型は7割弱  
(年齢が大きくなると検査が陽性にならない人が増える)

#### ○治療

内服薬。吸入薬。点滴など。(A型：48時間で熱は下がる。 B型：熱が下がるのに4～5日かかることがある。) 熱が下がらない場合は他の病気の可能性もあるので通院が必要。

A型流行は2月第2週～

B型はもう少し暖かくなってから、3

月頃から流行しますが、今年は

もう、できています。

### 知っておきたいスキンケア！！

#### <子どもの皮膚はドライスキン>

子どもの肌は厚さが大人の半分しかなく、保湿成分である皮脂が少ないため、ドライスキンになりやすいのです。ドライスキンになると皮膚のバリア機能が低下し、病原菌やアレルギーなどが侵入しやすくなります。

#### <スキンケアは皮膚の清潔+保湿のセットで！>

皮膚の清潔を保つため、丁寧に「洗って」皮膚の汚れや、汗、病原菌や刺激物を落とします。石鹸で洗うと皮脂が失われますので、洗いっぱなしにせず、皮膚を乾燥から守るために保湿剤を必ず塗って下さい。

- ① 体を洗うときは石鹸をよく泡立て、きめの細かい泡で洗いましょう。  
(泡には皮膚の汚れをはがし取って包み込む働きがあるとともに、クッションとなって摩擦による皮膚への刺激を少なくする働きがあります)
- ② 身体を傷つけないよう、ナイロンのタオルやスポンジではなく手で隅々まで洗いましょう
- ③ 泡でしっかりと洗ったら、しっかりと流しましょう



# アデノウイルスが流行しています

アデノウイルスによる発熱で欠席する園児が増えてます。

## ◆アデノウイルス感染症の症状の特徴

アデノウイルス感染症の症状の最大の特徴は主に以下に揚げる3つの症状を発症する傾向が確認される点です。

【アデノウイルスの代表的な3つ症状】

☆咽頭炎（のどの腫れ・痛み）

☆結膜炎（目ヤニ・目の充血）

☆高熱（38度～40度近い高熱）

この3つの症状を発症する疾患を咽頭結膜熱（いんとうけつまつねつ）と呼びます。

どれかひとつでも症状が当てはまる場合は、咽頭結膜熱を疑う必要があります。

## ◆咽頭結膜熱と診断された場合は・・・

病院で診察を受け、咽頭結膜熱であると診断された場合は、基本的に出席を控えるようにしなければなりません。

子どもは、文部科学省が登園・登校の禁止を明確に指定しております。

感染を最小限にとどめるためにも、特にトイレの後の手洗いは入念に行いましょう。

## ◆アデノウイルスの潜伏期間

アデノウイルスの潜伏期間は、一般的に5～7日程度とされています。潜伏期間は、ウイルスが体内に侵入し手からアデノウイルス感染症の症状を発症し始めるまでのウイルスが活動期に入るまでの期間のことです。

アデノウイルスは症状を発症するまでの潜伏期間がやや長い傾向にあることもひとつの特徴です。

特に潜伏期間が長いアデノウイルスは健康保菌者（体力があり感染はしているが症状を発症していない人）が二次感染の引き金となるケースも少なくありません。

## ◆登園は原則2日間禁止

アデノウイルスは、文部科学省が定める学校伝染病の第2種に指定されています。

## ◆大人の症状・二次感染経路

アデノウイルス感染症は幼児～小学生期の子どもに圧倒的に多く発症するウイルス感染症です。

しかし幼児・子どもに限らず、大人であっても感染症の症状を発症する可能性をもつウイルス性疾患でもあります。大人がアデノウイルス感染症に感染するケースの大半は前項でも解説した通り子どもから感染する二次感染のケースが大半です。ですから、乳幼児や園児・小学生がいる家庭のお父さん、お母さんはアデノウイルス感染症に感染する可能性が高いと言えます。

## ◆アデノウイルスの二次感染予防

二次感染の主な感染経路としては、

☆くしゃみなどの飛沫感染

☆便などの糞口感染

☆キスなどの接触感染                      などの感染経路があります。

アデノウイルスは飛沫感染するのウイルスですから、直接ふれなくてもウイルスは空気中にもウイルスは空気中にも漂っているので容易に感染することになります。したがって、赤ちゃんのおむつを交換する際は、月使い捨ての手袋などを使用し、かうマスクを着用することも感染予防のひとつの手段になります。なお、大人が肝炎した場合は、乳幼児などの症状に比べると大半のケースで症状が軽症であるのが特徴です。

#### ◆アデノウイルス感染症の治療法

アデノウイルス感染症は現在のところアデノウイルス単体に効果のある抗ウイルス剤はありません。ですから、アデノウイルス感染症の治療に関しては自然治癒力による起伏を積極的に考えて安静第一の治療を行うことになります。治療の基本は、何よりも安静に過ごすことです。

#### ◆治療期間の目安

高熱は、比較的長期に継続するケースが多く4日間～7日間程度に渡り熱が続くケースがあります。

のどの腫れや炎症を伴う咽頭炎症状は3日間～5日間程度続くケースがありますが、完全にのどの痛みがなくなるまでには1週間程度の期間が必要になるケースもあります。目ヤニや、目の充血症状に関しては10日間前後、症状が継続するケースが多く、点眼剤などの使用し治療を続けていくのが基本です。

基本的な3大症状がすべて治まるのは1週間～長くても2週間程度の治療期間が必要となるため、子どもが感染者の場合は、お父さん、お母さんはある程度長期的な治療を行う心構えが必要です。なお、症状が治まっても、体内に侵入したウイルスが死滅しているとは限りません。アデノウイルスは症状が治った後も2週間～時には1か月程度に渡り、ウイルスの排出を続けるため、糞便などからの二次感染は最大の注意が必要です。

※治癒ごの登園の際は、意見書の提出が必要となります。

#### 【参考文献】

潜伏期間ナビ <http://www.senpukukikan-navi.com>

NPO 法人 アレルギーを考える母の会

小田原感染症サーベランス勉強会より

病原大腸菌 o—157 2017 年 中毒発生から

かみやま小児科クリニック

神山 務

神山 明美