



雪が降る季節になり寒くなってきました。今週に入って、発熱での欠席や早退が増えてきています。のどが赤くなる、咳、鼻水と症状は様々ですが、風邪と診断されてきているお友だちが多いようです。無理をせず、早めの通院と、たっぷりの休養で体調を整えていきましょう。

治りかけは無理をさせず しっかり治しましょう！

治りかけによく休むことが大事

子どもは、病気のかかりはじめに急激に体調が悪くなりますが、治りはじめると、スッと回復することがよくあります。「よくなってきたな」と思ったときこそ、休ませることが大事。治りかけに無理をさせると、症状がぶり返したり、体力が十分でないためにほかの感染症にかかったりする可能性が高くなります。

しっかり休ませたほうが、休みが短く済む場合が多いのです。



0～1歳の頃は、感染症にかかりやすく保護者の方も大変ですが、成長とともに体力・免疫力がついてきます。

何度もかかる病気は 意外とたくさんあります

感染症は「一度かかれば二度とかわらない」というイメージがありますが、繰り返しかかる感染症は意外とたくさんあります。治りかけの、体力が十分回復していない状態で無理をさせると、再感染などのリスクも高くなってしまいます。

繰り返し かかることのある病気

- インフルエンザ
- 溶連菌感染症
- 手足口病
- ヘルパンギーナ

インフルエンザや溶連菌感染症は、繰り返しかかります。また、手足口病やヘルパンギーナは、原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。

しっかり治して、元気に登園しましょう



お薬はしっかり飲みましょう

抗菌薬などは、決められた期間や量を守って飲み切りましょう。溶連菌感染症では、合併症を防ぐ効果もあります。

通園していることを 伝えましょう

薬によっては、飲むタイミングを朝夕2回に変えることができます。診察の際に、医師に園に通っていることを伝え、相談してみてください。



家で元気でも油断しない

園での生活は、家で過ごすより体力を使います。ふだんどおりの園生活が送れるまで、回復したかどうかを見てください。