ほけんだより２月号

2024.1.29　VOL.62
認定こども園
フレンド幼稚園
保健室

寒さが厳しくなってきました。休みの日には家にこもりがちになりますが、冷たい空気に触れることで自律神経は鍛えられ、病気に負けない体をつくります。天気のいい日は、積極的に外遊びをしましょう。今年になって、インフルエンザB型や感染性胃腸炎が増えてきています。ウイルス感染が流行しやすい気候になっていますので、熱などの症状の悪化や食欲がなく元気がない時は、早めに病院を受診するようにしましょう。

インフルエンザ　流行中!!

★インフルエンザと風邪を見分けるポイントの１つが急激な発熱ですが、インフルエンザB型では高熱が出ないことも多く、インフルエンザに感染したと気づきにくいことがあります。薬が効くのは発症から48時間以内です。初期治療が遅れると症状が悪化したり、治療期間が延びてしまうことも!!

【インフルエンザＡ型とインフルエンザＢ型の違い】

インフルエンザＡ型
- 呼吸器症状
  （咳やのどの痛み）
- ３８℃を超える高熱
- 関節痛
- 筋肉痛
- 悪寒、寒気
- 全身倦怠感

インフルエンザＢ型
- 消化器症状
  （嘔吐、胃痛、腹痛、下痢など）
- 熱があまり高くならないが、長引くことがある

消化器症状にも注意!!

インフルエンザＢ型の特徴に嘔吐や下痢などの消化器症状があげられています。（インフルエンザＡ型でも消化器症状が出ることあり。）また、時期的にノロなどのウィルス性胃腸炎の流行シーズンでもあるので、注意が必要です。迷ったら、インフルエンザの検査もしてもらいましょう!!

眼科健診
2月1日(木)
年少～年長

内科健診
2月6日(火)
全園児

フー119