



ほけんだより



尚徳福社会 とちょう保育園
看護師

手足口病が流行した夏となりました。また現在、RS ウィルス感染症が流行の兆しをみせています。年齢の低いお子さんや呼吸器系が弱いお子さんは、気候や台風発生による気圧の変化は、注意が必要な時期です。体調を崩さないように睡眠や休息を十分とりましょう。

薬剤師さんに聞いた
おいしい

バージョンアップ版薬の飲み方について

「お薬を飲んでくれませんか〜」というお悩みを時々伺います。いくつか方法をご紹介します。

*ミルクやごはんは大切な栄養源です。味が変わると食べなくなる恐れがあるので、お薬を混ぜることはやめましょう

水薬 スポイト（注射器型のものもあります）、哺乳瓶の乳首、スプーン、特別感のあるかわいい紙コップ等お子さんが好むもので服用します。

味が苦手…なら主治医に相談し、粉薬で以下の方法で試してみてください。

粉薬 ①極少量の水で溶いて団子状にして、上あごや頬の裏につけて白湯などを飲む。

（月齢の低いお子さん向け）舌の上につけると苦みを感じてしまうので避けます。

②ゼリーやプリンやアイスで上下サンドして、スプーンで飲ませる。

市販の服薬ゼリーもおすすめ。好きな味やパッケージと一緒に選ぶと“飲みたい”気持ちを上げます。十分な量でサンドするのがコツです。

③コンデンスミルク（練乳なので牛乳アレルギーの方は×）やチョコレートクリーム少量に混ぜ、さらに1口アイスクリームに乗せて食べる。

特別感も出て、アイスの冷たさが舌の感覚を鈍くさせ、苦みを感じにくくします。

*ドライシロップ剤は甘味や香りがついているので少量の水で溶かすと、スッと飲めることも。

時間がたつと苦みが出るのでサッと飲みましょう

好きな飲み物に混ぜるのも良いですが、飲み合わせで苦みが出ることもあるので注意！

（例：クラリスドライシロップ+スポーツドリンクやオレンジジュース等）

薬 飲み合わせ 味 で検索すると病院や薬局がデータを詳細に上げています。

大人も注意?! 百日咳

百日咳は、かぜとよく似た症状が現れ、段々と咳が強くなります。発病後1~2週間すると「コンコンコン」という咳が頻繁に出て、息を吸い込むときに「ヒューッ」と音のする発作を繰り返します。乳児では咳はほとんどなく、無呼吸発作で始まることも…。4種混合ワクチンの接種で防ぐことができますので、3回+追加をお忘れなくスケジュールを組んでワクチン接種を行ないましょう。

問題となっているのが、昨年11月のほけんだよりでもお知らせしましたが、患者報告数が増加傾向であり、今年はずでに累計1万人を超していること。大人は重症化することは少ないので、気がつかないうちにご家族や周囲に感染が拡大する可能性が指摘されています。やたらと咳が長引くな…と感じる時には、受診をしましょう。特に乳児のいるご家庭はご注意ください。

感染力はインフルエンザの5倍
実際は長細の型の菌です

インフルエンザ予防接種は…

2回必要で初回は**10月中**が望ましいです。

9月中にかかりつけ医に予約の確認をしておく心安いです。

今月の 保健行事

身体測定 9月17日(火)

0歳児健診 9月26日(木) 14:30~

