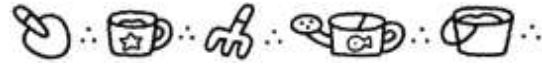




6 月になり、蒸し暑い日が続いたり、朝晩と日中の寒暖差が激しくなってきました。登・降園時に 1 枚羽織るものを着るなどして、衣服の調整をしながら、乗り切っていきましょう。また、6 月は「むし歯予防デー」でもあります。そこで、今月は、むし歯と熱中症についてお伝えします。



<むし歯について>

歯の健康は、子どもの頃からの心がけで保たれます。食後や寝る前の歯みがきとともに、定期的に歯科受診を受けましょう。また、よく噛んで食べることは、唾液の分泌を促進しむし歯になるのを防ぐとともに、顎の発達を助け、丈夫な歯をつくることにも繋がります。しっかりと噛む習慣を身に付けるようにしましょう。

子どものむし歯について、意外と知らないことがあります。ここで、少し紹介します。また、先日の歯科検診で治療が必要と診断されたお子さんは早めの受診をお願いします。

- 子どもはまだ痛みの感覚が発達しておらず、痛みがあっても気づきにくいので、むし歯が大きく進行してしまいます。また、痛みは出たり治まったりを繰り返すため、見過ごされてしまう場合があります。
- むし歯が出来やすい場所は、奥歯の歯と歯の間です。見た目にはわかりずらく、むし歯が進行しても気づくのが遅れ、突然穴が開いてしまいます。
- 乳歯のむし歯は、大人のむし歯のように黒ではなく白いことが多く、むし歯になっても気づかずに進行していきます。黒いむし歯はゆっくりと進行するむし歯ですが、白いむし歯は早く進行します。



<熱中症について>

子どもは、遊びが大好きです。また、大人よりも体調の変化に気づきにくいので、遊びに熱中し脱水症になったり、熱中症の発見が遅れることもあります。体をたくさん動かして遊ぶ子どもたちは、汗ばむことも多くなってきました。今の時期から「熱中症」(高温多湿な環境に、私たちの身体が適応できないことで生じるさまざまな症状の総称です)への注意が必要です。人間の体は、「喉が渴いた」と感じた時は既に体内で脱水の状態です。その為、喉が渴く前に水分を摂るようにし、いつもよりも多めに水分補給をこころがけましょう。



<熱中症の症状>

- ・筋肉痛や筋肉のけいれん (手足の筋肉がつるなどの症状が出る場合があります。)
- ・体のだるさや吐き気 (体がぐったりして力が入らない。吐き気や嘔、頭痛などを伴う場合もあります。)
- ・呼びかけに反応しない、真っ直ぐ歩けない (声をかけても反応しなかったり、おかしい返答をする。または、体がガクガクとひきつけを起こすなど。)
- ・水分補給ができない (自分で上手に水分補給ができない場合は大変危険です。すぐに医療機関を受診しましょう。)
- ・汗のかきかたがおかしい (拭いても拭いても汗が出る、又は全く汗をかいていないなど。)
- ・体温が高い、皮膚の異常 (体温が高くて、肌を触るととても熱いなど)



5 月は、溶連菌感染症が多く報告されました。改めて、**溶連菌感染症**についてお伝えします。(発症 24~48 時間が最も感染力が強く、登園届が必要な感染症です。)

流行時期：1 年中(特に春~夏) くしゃみや咳の**飛沫感染**で感染。

症状：発熱、のどの痛み、イチゴ舌、全身の発疹、嘔吐、腹痛など

合併症：リウマチ熱、急性腎炎、アレルギー性紫斑病など

治療：抗生剤を飲むとすぐに熱は治まりますが、しっかりと治療しないと、上記の合併症を併発する危険性があります。処方された分の薬は、しっかりと飲み切りましょう。

イチゴ舌とは、
イチゴの様にぶつぶつ
の舌のことです。



5 月の感染症状況



- ・B 型インフルエンザ：1 名
- ・溶連菌感染症：20 名
- ・アデノウイルス：1 名

感染症の人数は、未満児クラス・以上児クラスを合わせた人数です。

