



メディキッズ新山口

病児保育所だより

2022.1.4 No.10

病児室に関するお問い合わせ
メディキッズ新山口（ハートクリニック新山口内）

〒754-0020

山口市小郡平成町 1-18

TEL 083-976-2450

FAX 083-976-8555



HPはこちらから →

青 藍 会



「笑う門には福来る」…笑うことは脳を刺激し、活性化させるだけではなく、健康にもよいといわれています。今年も大いに笑って病気をはね飛ばしましょう。

●○インフルエンザ○●

★インフルエンザって何？★

咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で、毎年多くの感染者が出ます。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく、合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かなと思ったら医療機関で診てもらいましょう。

◎インフルエンザになってしまったら…◎

まずは医療機関にかかり、インフルエンザかどうか診断してもらいましょう。高熱や下痢が続くと脱水症状を起こしやすくなるので、こまめな水分補給が大切です。感染力が強いので、発症した後5日を経過し、なおかつ、熱が引いてからも3日間は登園を控えましょう。

手洗い・うがい・マスク・予防接種で

しっかり予防！

空気の乾燥を防ぎましょう！

かぜウイルスは低温低湿度が大好き。室温を 18～20 度にして十分に加湿しましょう。ウイルスは湿度が高いと死んでしまうのですが、乾燥していると、長時間空気中で生きています。

部屋の空気をときどき入れかえて湿度を 60%くらいに保つようにしましょう。加湿器を使用したり、室内で洗濯物を干すことで湿度を保つことができます。



七草がゆ



春の七草といえば、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ。無病息災を願って食べる七草がゆには、お正月のごちそうで疲れた舌と胃袋を休ませる効果もあります。実は理にかなった昔からの風習です。



12月の主な疾患

発熱・・・66件 急性気管支炎・・・7件
クループ症候群・・・4件 急性胃腸炎・・・8件
ノロウイルス感染症・・・5件 他