

病児保育だより

アメニティホーム広畑学園 病児保育通信 No.25

令和6年 冬号








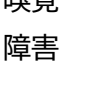
いよいよ冬本番の感染症の流行シーズンに突入です。マイコプラズマ肺炎とインフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行の「トリプルデミック」が心配されています。また、咳に関する「タバコ」についてもお話します。

マイコプラズマ肺炎って何？

マイコプラズマという細菌によっておこる肺炎です。「歩く肺炎」ともいわれ風邪症状から始まり、4年に一度の周期で流行するといわれています。のどの検査や血液・レントゲン検査で診断されます。

- ・感染経路: 飛沫・接触感染
- ・潜伏期間: 2～3週間
- ・8割が14歳以下の子どもが感染
- ・治療法: 抗生物質を7～10日間飲み切る
- ・出席停止: 症状が改善し全身状態が良い人は登校可能(医師や施設の判断も確認する)*1週間くらいは休みましょう

マイコプラズマ・インフルエンザ・コロナ感染症の違い

感染症	潜伏期間	発熱 	頭痛 	のどの痛み 	咳 	鼻水 	だるさ 	関節痛 筋肉痛 	味覚 嗅覚 障害 
マイコプラズマ	2～3週間	38度前後 2～3日続く	◎	◎	長引く 乾いた咳 ◎	○	◎	△	×
インフルエンザ	1～3日	39度前後の熱	◎	◎	○	○	◎	◎	×
コロナ	5日	平熱から 38度前後	○	◎	◎	△	弱いが 3日以上続く ◎	△	△

- * 予防対策はいずれも、右記の通りです。
- * 早めのワクチン接種も有効です。
インフルエンザワクチンに
鼻に噴霧するものも出ました！
- * 冬休みにはご家族そろって、免疫力を上げるために睡眠・栄養・腸活・笑いなど工夫をしてみてください！



※病児保育ご利用の方はこちらまで アメニティホーム広畑学園 ☎079-236-1630

「受動喫煙」「三次喫煙」ってご存知ですか？

二次的にタバコの煙を吸わされてしまうことを受動喫煙といいます。また、タバコを消した後に残留する化学物質を吸収することを三次喫煙といいます。ニコチンや化学物質は、喫煙者の髪の毛や衣服、部屋のソファやカーペット、カーテンなどの表面に付着し残留するといわれています。

受動喫煙



三次喫煙

- ・サードハンドスモークとは、タバコの火が消えた後に残る化学物質を吸い込むことをいう。
- ・タバコの煙に含まれる化学物質は家の壁紙やほこりに付着し、空気成分と反応し、より有害な発がん性物質になる。換気では取り除けない。



禁煙が大切です

出典：平成28年8月「喫煙と健康 喫煙の健康影響に関する検討会報告書」
厚生労働省 e-ヘルスネット <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/tobacco/yt-057.html>

有害物質 副流煙 > 主流煙

発がん性物質を含む タール 3.4倍!

からだを酸欠にする 一酸化炭素 4.7倍!

依存性のある ニコチン 2.8倍!

副流煙

たばこの煙の中にはこのような有害物質が!

★ご存知ですか? 喫煙後の吐く息にもご注意ください!

45分間は上記の化学物質が放出されているといわれています。

このような対策では不十分です!

換気扇の下で ×

空気清浄機をつける ×

車の窓を開ける ×

ベランダで吸う ×

禁煙は愛です

それでも、あなたはタバコを吸いたいですか？ 大切なご家族、ご自身のために考えてみませんか？

参考資料：働く人の健康づくり協会「タバコについて考える」