



今年も早いもので残り一か月となりました。沖縄の日中はまだ暑さが続いています。これから気温差がどんどん出てきて体調を崩しやすい季節になってきます。また冬にはあらゆる感染症の流行が懸念されますので、手洗い・うがいを継続し予防に努めていきましょう。

今年も健康で楽しく過ごしていきましょう♪

ノロウイルスについて

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生しますが特に冬季に流行します。

(原因) 菌が付いた手や食品などを通して口から菌が入り、感染する。また、汚染された貝類が生あるいは加熱不十分の場合も感染する。

(症状) 激しい嘔吐や下痢、腹痛
38度以上の発熱も伴うこともある。

(治療) ウイルスに対する治療薬はない。乳幼児は脱水に陥りやすいため、点滴治療を行うことが多い。

(予防) 調理者を含め、食事を行う前は必ず丁寧な手洗いを行う。また貝類を含め、食材は十分に加熱する。

※感染者は症状が回復しても1週間～1か月は排泄物に菌が残っている可能性があるため、こどものオムツ替えやトイレ後は注意する。

RS 流行について

11月、沖縄県ではRSウイルスが流行しています。今後も流行が予想されますので予防が必要です。

(原因) RSウイルスが原因となって起こる感染症。特に1歳未満の乳幼児がかかりやすく、気管支炎や肺炎を起こす。

(症状) 鼻水や咳などの症状で始まり、呼吸時にヒューヒューやゼーゼーといった音が出るが多い。

(治療) RSウイルスに効く薬はないため、その症状を抑える対症療法がとられます。

(予防) 十分な換気、手洗い・うがい、人混みを避ける等。

★冬のスキンケア★

冬は皮膚が乾燥しやすく、かゆみが出たりカサカサと荒れることがあります。子どもは、肌のバリア機能が未発達のため乾燥すると荒れやすいとされています。そのため、乾燥が進むと、あかぎれや発疹（ほっしん）など皮膚トラブルが続きます。またこの時期、こまめな手洗いや消毒等で特に荒れやすいことが予想されますので、ハンドクリームを使用する、お風呂あがりに保湿するなど工夫してみてください♪

症状が治まらない場合は皮膚科受診をお勧めします。

