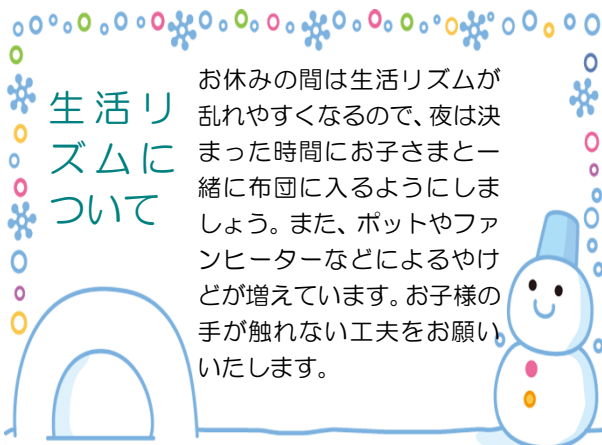


コドモンでの感染症連絡でもお知らせしているとおり、「胃腸炎」や、「おなかのかぜ」と診断され、下痢や嘔吐症状のあるお子様が増えてきました。年末・年始はお休みが続きますので、十分な睡眠をとり、元気な新年を迎えられるよう、体調を整えましょう。

<12月の感染症のお知らせ>
胃腸炎 2名

年末年始の体調について

年末・年始の休みの間も、コドモンでの体温入力をお願いいたします。受診し、感染症と診断された場合や、他の体調不良等がある場合も、入力をお願いいたします。内容により体調確認のため、連絡させていただく場合があります。



生活リズムについて

お休みの間は生活リズムが乱れやすくなるので、夜は決まった時間にお子さまと一緒に布団に入るようにしましょう。また、ポットやファンヒーターなどによるやけどが増えています。お子様の手が触れない工夫をお願いいたします。

下痢症状があるときのケアについて

- ① 脱水を起こさないように、嘔吐や吐き気があれば、水分を十分飲ませましょう。湯冷まし、お茶などを少量（おちょこ1杯）ずつ飲ませましょう。
- ② オムツをしている場合は、お尻を清潔にしましょう。オムツかぶれは、赤みが悪化する前に受診し薬を塗ると治りが早いです。
- ③ おかゆ、野菜スープ、煮込みうどんなど、消化のいい食事にしましょう。
- ④ 消化にわるい食べ物は控えましょう。
 - ・香辛料の多い料理・乳製品
 - ・食物繊維を多く含む食事・柑橘類
 - ・脂っぽい料理やお菓子
 - ・芋、ごぼう、海藻類、豆類、乾物等

感染性胃腸炎に注意しましょう

下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、効果的な手洗い（液体石鹸を使い、流水で30秒以上流す）を行いましょう。

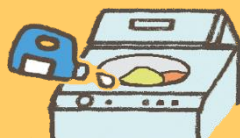


汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です



手袋・マスクをつけて、汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう

