

病児室だより

R4年12月第5号



～ 新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行!? ～

この冬は、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時に流行する可能性があるといわれています。感染拡大に備えた事前準備やワクチン接種をご検討ください。(新型コロナワクチンは、インフルエンザワクチンと同時接種が可能)

12月に入り、今年も残りわずかとなりました。この時季は、ウイルスが活発に活動し、感染しやすくなります。コロナの第8波も発生してきており、家庭に病原菌を持ち込まないようにすることが、予防の第1歩です！感染予防をしっかり行い、元気に過ごしていきましょう。

寒くなってくるこの時季、体がカサカサしてきたり、かゆくて我慢できない！といった乾燥肌に悩んでいませんか？乾燥肌と保湿についてお話ししたいと思います。



乾燥肌には**皮膚の清潔・保湿**が必要です。

➡ でも、過度な洗浄はかえって悪化の原因になるとも言われています。

①顔や体は**石鹸をよく泡立てて手でなでるように優しく洗う**

➡ 石鹸が残っていると乾燥の原因になるので**しっかり洗い流す**

②お風呂の温度は**ぬるめ**に

③お風呂上りはタオルで**軽く押し当てるようにポンポンと水分を拭き取り**、肌が**乾ききらないうちに保湿剤を塗る**(できれば10分以内に!)
そして毎日、又はかきやすい所は1日に何度も塗る

保湿剤の塗り方

- ・優しく
- ・決して強くすりこまない
- ・少しべたつく程度が良い

日常の注意点

- ・チクチクする衣服は避ける
- ・寝る時は温かくし過ぎない
- ・こまめに爪は切っておく

キャー! かいちゃダメー!



お絵かきや積み木などで体調に合わせて過ごしています。



新型コロナウイルスの重症化リスクの高い方

(高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦など)

小学生以下の子どもと保護者の方へ

感染が拡大する前の接種をご検討ください



- ・**新型コロナワクチンの接種**
新型コロナワクチンの早期の接種をお願いします。
- ・**インフルエンザワクチンの接種**
65歳以上の方などの定期接種対象者で、接種を希望される方は早めの接種をお願いします。



喉の痛みや発熱などの症状が出たら...

新型コロナウイルスの重症化リスクの高い方は

速やかに発熱外来(診療・検査医療機関)を受診してください。

新型コロナ抗原検査キットで陽性が確認された場合は、その結果を受診時に医師に伝えてください。



かかりつけ医がいる場合

かかりつけ医にご相談ください。

受診を選んだ場合

電話相談窓口などをご利用ください。



受診・相談センターなどお住まいの地域の相談窓口、「救急車利用マニュアル」の参照や#7119(救急要請相談)など



以下の項目や疾患に該当する方は新型コロナウイルスの重症化リスクが高いと考えられるため、早めに相談・受診しましょう。

- | | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 65歳以上である | <input type="checkbox"/> 喫煙歴がある | <input type="checkbox"/> 妊娠している | <input type="checkbox"/> 肥満 (BMI30以上) |
| <input type="checkbox"/> 糖尿病 | <input type="checkbox"/> がん | <input type="checkbox"/> 慢性腎臓病 | <input type="checkbox"/> 脳血管疾患 |
| <input type="checkbox"/> 高血圧 | <input type="checkbox"/> 胎児異常症 | <input type="checkbox"/> 心血管疾患 | <input type="checkbox"/> 免疫機能の低下の可能性 |

小学生以下の子どもは

かかりつけ医はじめ地域の小児科医などにご相談ください。

特に、子どもの場合は、症状は年齢などによって様々です。機嫌がよく、辛そうでなければ、勝手に様子を見たり、かかりつけ医にご相談ください。



受診を選んだ場合

電話相談窓口などをご利用ください。



「救急車利用マニュアル」、「子どもの救急」等関係Webサイトの参照や#7119(救急要請相談)、#8000(こども医療相談)など



2歳未満では新型コロナ、5歳未満ではインフルエンザ、基礎疾患のある子どもは年齢にかかわらず両方の重症化リスクがありますので、心配なことがあれば、予めかかりつけ医と対応を相談しておきましょう。



特定非営利活動法人 オープンハウスこんぺいとう

病児室 TEL 0233-29-2301 (お問合せ 平日 8:30~17:30)