



保健だより

キッズアカデミー保育園 2019・12月号



気をつけよう!頭ジラミ

今、「頭ジラミ」がはやっています。ご家庭でも、後頭部や耳の後ろあたりに卵がないかどうか、チェックしてみてください。ただ、この頭ジラミは、清潔・不潔とは無関係のものです。いじめや差別につながらないように十分気をつけましょう。

今月の目標

寒さに負けない体の冬支度をしましょう

寒くなり空気も乾燥してきました。
これからの季節、高熱の出るインフルエンザや、嘔吐・下痢の風邪などがはやってきます。流行を防ぐことは困難ですが、日頃から健康な生活をして、風に負けない体力を身につけましょう

健康診断のお知らせ

今月は

12月17日(火) 14時30分より **内科検診**

12月24日(火) 14時30分より **歯科検診** があります。

○当日休みを予定されている方でも、都合のつく限り検診時間に保育園へ寄られてください。

○不明・不安な事がありましたら、担任やその他職員まで声をおかけください。

検便を行います

スケジュール

12月13日(金) 容器配布

12月16~18日(月~水) 容器回収

12月18日(水) 最終締め切り

○土曜日に便をとってもかまいませんが、なるべく月曜日に便を取り提出してください

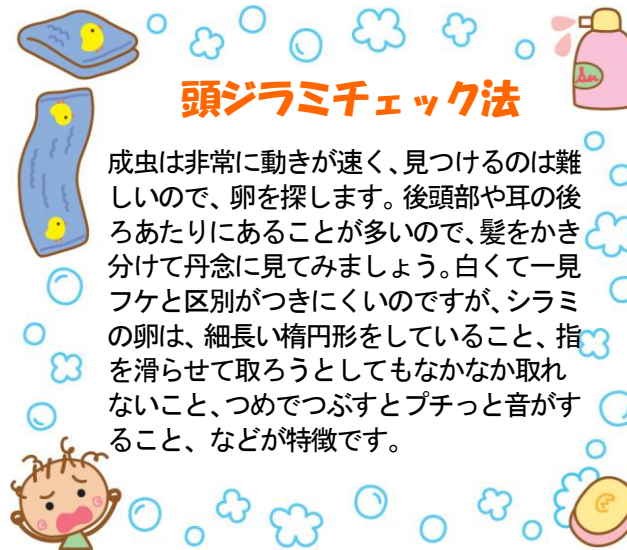
※締め切りは必ず守ってください。

大分市感染症情報

11月に入り**インフルエンザ**の定点当たり患者報告数は1.24(流行のめやす1.0)となり、**流行期**に入りました。感染防止と感染拡大を防ぐため、予防接種の実施と流水、石けんによる手洗い、マスクの活用を励行し、十分な休息とバランスのとれた栄養摂取、**適度な湿度の保持**を心がけてください。

感染するとどうなるの?

頭ジラミの成虫は2~4mm くらいの大きさで、人間の頭皮に寄生し頭皮から血を吸って、毛根近くに卵を産みます。1つの卵から1か月で約200匹ものペースで繁殖するため、早く見つけて駆除することがたいせつです。シラミは毛から毛、物から毛へとわたって移動し、感染していきます。通常、血を吸われると非常にかゆいので気づくのですが、かゆみの程度には個人差があり、気づかないうちにうつされていることもあります。



頭ジラミチェック法

成虫は非常に動きが速く、見つけるのは難しいので、卵を探します。後頭部や耳の後ろあたりにあることが多いので、髪をかき分けて丹念に見てみましょう。白くて一見フケと区別がつきにくいのですが、シラミの卵は、細長い楕円形をしていること、指を滑らせて取ろうとしてもなかなか取れないこと、つめでつぶすとプチッと音がすること、などが特徴です。



駆除には、スミスリンシャンプー

シラミの成虫と幼虫は、「スミスリン」という特殊なシャンプーを使って駆除することができます。シャンプーは薬局で購入できます。2~3日に1回使用して、成虫や卵からふ化した幼虫を駆除します。3~4回使用するころにはかゆみも治まりますが、このシャンプーは卵には効果がありません。卵がすべてふ化して幼虫になり、それを駆除するまで、だいたい1か月くらいは使用を続けましょう。また、卵を見つけたら、目の細かいクシですいて取り、つぶして駆除します。

家庭での対処法~頭ジラミ~

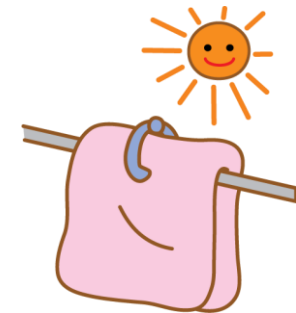
①毎日シャンプーを

大人が髪の根元までしっかりシャンプーします。感染したら2~3日に1回は、家族全員、「スミスリンシャンプー」で洗います。



②布団などの寝具類は毎日干して

天候や住宅事情で干せないときは、広げたまま風を通します。シラミは、40℃を越えると弱り、55℃で死滅するので、布団乾燥機を使うのもよいでしょう。天日干しおよび乾燥のあとは、寝具に潜り込んでいた成虫の死骸が表面に出てくるので、寝具の表面を掃除機で吸い取ります。



③衣類や室内を清潔に



パジャマなどの衣類も、毎日取り替えましょう。また、掃除機をこまめにかけて、カーペットや布のソファは、シラミが潜り込みやすいので、なるべく取り除きましょう。

④卵がないかチェックしよう

シラミの卵は、薄暗い所や電灯の光などではよく見えません。日光の下でよく点検しましょう。



※シャンプーをした後は必ずドライヤーで乾かしましょう