

メディキッズ新山口
病児保育室だより
2021.1.4 No.11

病児室に関するお問い合わせ
メディキッズ新山口（ハートクリニック新山口内）

〒754-0020
山口市小郡平成町 1-18
TEL 083-976-2450
FAX 083-976-8555



HPはこちらから →

新しい一年がスタートしました。今年も皆様が心身ともに健康で過ごせることを心より願っております。
本年もメディキッズ新山口を宜しくお願い致します！

1月に多い病気



寒さが厳しくなっています。病気に負けないよう気を付けて過ごしましょう

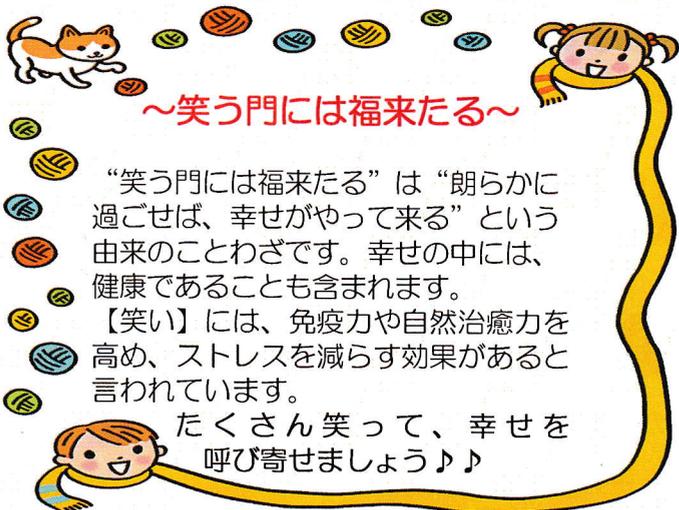
★**ノロウイルス**…二枚貝に含まれ、発熱・嘔吐・腹痛などの症状があります。手洗いや調理器具の熱湯消毒、食品を1分以上加熱することが効果的です。

★**ロタウイルス**…激しい嘔吐・白くて水っぽい下痢などが症状です。水分をとりながら尿量が少ない・目の周りがかくぼんでいるなどの症状が出た場合には、病院受診をしましょう。

玩具の消毒・おむつ後の手洗いも感染予防効果があります。

★**嘔吐下痢症**…突然の嘔吐・激しい下痢を繰り返します。激しくぐずる・唇や口の中が乾いているなどの症状が見られたら、病院受診しましょう。タオルやハンカチの共有は避け、手洗いうがいをしましょう。

★**溶連菌感染症**…扁桃腺の腫れ・体のだるさなどの症状が出ます。発熱後は、身体に栗粒状の発疹、強いかゆみが見えます。同時に、舌にイチゴ状の小さくて赤いブツブツした発疹が見えます。



～笑う門には福来たる～

“笑う門には福来たる”は“朗らかに過ごせば、幸せがやって来る”という由来のことわざです。幸せの中には、健康であることも含まれます。

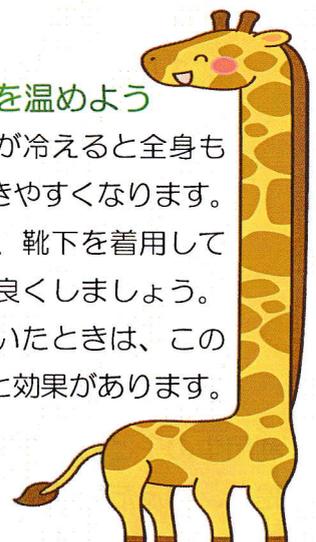
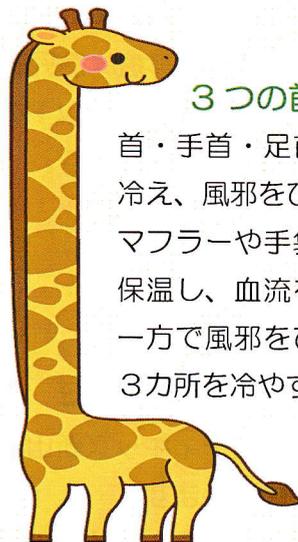
【笑い】には、免疫力や自然治癒力を高め、ストレスを減らす効果があるとされています。

たくさん笑って、幸せを呼び寄せましょう♪



3つの首を温めよう

首・手首・足首が冷えると全身も冷え、風邪をひきやすくなります。マフラーや手袋、靴下を着用して保温し、血流を良くしましょう。一方で風邪をひいたときは、この3カ所を冷やすと効果があります。



12月の主な疾患

| | |
|----------|-------------|
| 咽頭炎・・・3件 | 風邪・・・8件 |
| 中耳炎・・・1件 | 頭部打撲・・・1件 他 |