

ほけんだより 3月

2025年度

春の気配を感じられるようになりました。季節の変わり目は自律神経が乱れやすく、大人も子どもも体調を崩しがちです。食事、活動、睡眠の生活リズムを整えていきましょう。

●予防接種歴の記入、ありがとうございました

接種時期を迎えていてまだ接種をされていない方は、体調のよいときに早めに受けるようにしましょう。

●2月の感染症

インフルエンザB：5名、溶連菌感染症：3名、胃腸炎：4名 でした。

3月3日「耳の日」 知っておきたい耳の異常のサイン

子どもは風邪などの感染症から耳のトラブルを起こすことがしばしばあります。早く対応できるよう、耳の病気や聞こえの異常のサインを知っておきましょう。

耳の病気

子どもが風邪をひいて鼻水が出ているのを放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、耳管を通して中耳に侵入して中耳炎を起こすことがあります。中耳の中で炎症が起こってうみがたまり熱を出すことや、鼓膜を圧迫するため強い痛みが起きます。また、鼓膜が破れてうみ(耳だれ)が出ることもあります。

発熱など、風邪の症状に加えて…

- ・しきりに耳を触る、頭を振る
- ・耳を触られるといやがる

痛みや違和感のために、耳を触ったり、頭を振ったりします。また、痛みのためにきげんが悪くなったり、夜なかなか寝なくなったりします。



聞こえの異常

聞こえの異常（難聴）には、生まれつき聴力が弱い場合と、病気が原因となっている場合があります。

難聴の原因となる病気は？

滲出性中耳炎

急性中耳炎が治りきらないと、中耳にサラサラとした液（滲出液）がたまります。痛みや発熱などの症状がないため、発見が遅れることがあります。

おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）

原因となるウイルスが内耳（音を感じる部分）に感染して、難聴を起こします。流行性耳下腺炎の予防接種を受けて、感染を防ぐことが重要です。

聞こえの異常が言葉の育ちにも影響します。子どもは「聞こえにくい」ことに気づきにくく、正確に言えません。聞こえにくいサインを知って、早めに気づくことが大切です。

- ・テレビの音大きい

テレビの音を必要以上に大きくします。



- ・後ろから読んでも気づかない

後ろから名前を読んでも振り向かなかったり、返事をしなかつたりします。左右差がある場合もあります。