

感染症の予防と対策

「子どもは病気にかかりながら抵抗力を身につけていく」と考えると、感染症にかかるとは子どもの成長過程でむしろ必要なことなのです。

ただし、重症化しやすいものもあるので保護者として知っておくべき情報はおさえておきましょうね。

1 感染症とは

ウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入して増殖することにより、発熱や下痢、咳等の症状が出る病気を感染症といいます。

感染症の中には、ほとんど症状が現われず終わってしまうものもありますが、発症すると重症化し、時には命にかかわるようなものもあります。

2 予防

① 規則正しい生活

～丈夫なからだをつくろう～

- (1) 早寝早起（睡眠不足はダメ！）
- (2) バランスの取れた食事。偏食はしない。
- (3) 運動も必要。外に出てからだを動かそう。

② 親子で一緒にしっかり手洗い、うがいを！

帰宅時・食事の前・トイレの後

③ 我が家にあった“かかりつけ医”を見つける

かかりつけ医とは、病気になったときに、すぐに診てもらえることができる近所の「お医者さん」のことです。からだのことや、その他困ったことを何でも気軽に相談することができます。

④ その他にも

体調が悪い時は、外出を控える

室内を適温に保ち、乾燥させない。（温度計を備えましょう）

3 予防接種～スケジュールを立てて計画的に～

赤ちゃんや子どもを病気から守るために予防接種があります。すべての病気に対してワクチンがあるわけではありませんが、接種することにより防ぐことができます。病気にかかると、重い後遺症が残ったり、命が脅かされることもあります。そうならないために、必ず予防接種をしましょう。

また、ワクチンによって接種する年齢や回数が違います。子どものふだんの様子を知っているかかりつけの小児科医と相談してスケジュールを立て計画的に接種をすることが大切です。（母子健康手帳とあまっ子元気ブックを参考にしてください。）

予防接種を受ける時期

予防接種の種類	法律で決められている期間・回数	望ましい時期
BCG	生後12ヶ月に至るまでに1回	生後5～8ヶ月
ヒブ Hib 感染症	生後2～60ヶ月に至るまで 〔生後2～7ヶ月に至るまでに開始：初回27日以上の間隔で3回・追加1回〕 〔生後7～12ヶ月に至るまでに開始：初回27日以上の間隔で2回・追加1回〕	初回免疫： 生後2～7ヶ月未満 追加免疫： 初回免疫終了後7ヶ月～13ヶ月までの間隔をおいて1回
小児の肺炎球菌感染症	生後2～60ヶ月に至るまで 〔生後2～7ヶ月に至るまでに開始：初回27日以上の間隔で3回・追加1回〕 〔生後7～12ヶ月に至るまでに開始：初回27日以上の間隔で2回・追加1回〕	初回免疫： 生後2～7ヶ月未満 追加免疫： 初回免疫終了後60日以上の間隔をおいて、12～15ヶ月未満の間に1回
B型肝炎	生後1歳に至るまでの間に、27日以上の間隔をあけて2回、1回目から139日以上をあけて3回目	生後2～9ヶ月
四種混合 ジフテリア 百日せき 破傷風 ポリオ	1期初回：生後3～90ヶ月に至るまで 沈降精製百日せきジフテリア破傷風ポリオ混合ワクチンを20日以上の間隔で3回 1期追加：生後3～90ヶ月に至るまで 沈降精製百日せきジフテリア破傷風ポリオ混合ワクチンを1期初回終了後、6ヶ月以上の間隔をおいて1回 2期：11歳、12歳 沈降ジフテリア破傷風混合トキソイドを1回	生後3～12ヶ月 初回接種終了後 生後12～18ヶ月後 11歳
MR 麻しん（はしか） 風しん	1期：生後12～24ヶ月に至るまで 乾燥弱毒生麻しん風しん混合ワクチンを1回 2期：5歳以上7歳未満で、小学校就学の始期に達する日の1年前の日から当該始期に達する日の前日までの間 乾燥弱毒生麻しん風しん混合ワクチンを1回	1歳になったらすぐ
水痘（みずぼうそう）	生後12ヶ月から36ヶ月に至るまでの間に、3ヶ月以上の間隔をおいて2回	1回目12～15ヶ月に、 2回目は1回目から6～12ヶ月の間隔をおいて接種
日本脳炎	1期初回：生後6～90ヶ月に至るまで 6日以上の間隔で2回 1期追加：生後6～90ヶ月に至るまで 1期初回終了後、おおむね1年後に1回 2期：9歳～13歳未満（1回）	3歳 4歳 9歳

4 保健所からのお願い



① 微熱に気をつけて！ いつもと違う様子は要注意！

② 熱が下がった後も1日はゆっくり様子を見てあげてください。

