



第119号 2026.2 発行 すこやか通信



社会医療法人 豊生会



東雁来すこやかこどもデイサービスセンターより毎月情報を発信します!

3月号

連日の大雪に日々の雪かき・道路の大渋滞、記録的な積雪量に嫌気がさしますね。雪解けが待ち遠しいです。気温の低い日がまだまだ続きます。体調管理に気を付けましょう。



溶連菌



溶連菌感染症とは、A群溶血性レンサ球菌（溶連菌）という細菌によって起こる感染症です。

今回は咽頭炎を引き起こす溶連菌感染症について紹介します。

症状

- 発熱、倦怠感
- のどの痛み
- いちご舌
- 全身にかゆみのある紅い発疹
- 頭痛

などが主な症状になります。潜伏期間は2～5日で、風邪のような症状から始まります。

予防

溶連菌は感染力が強く、兄弟間や幼稚園、保育園、学校などで感染しやすいです。1度だけでなく何度も感染します。咳やくしゃみなどで飛び散り（飛沫感染）、菌の付着した食品や手などを介して口に入れること（接触感染）でも感染するため、普段から手洗いやうがいなどの予防対策を行うことが重要です。手洗い、うがい、マスクの着用などで予防してください。

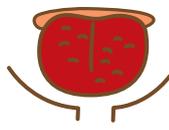
溶連菌感染症の主な症状



発熱、頭痛、倦怠感

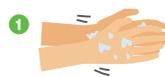


咽頭・扁桃炎



イチゴ舌

正しい手の洗い方



1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



2 手の甲をのばすようにこすります。



3 指先・爪の間を念入りにこすります。



4 指の間を洗います。



5 親指と手のひらをねじり洗います。



6 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルで良く拭き取って乾かします。

治療

抗菌薬での治療が必要となります。

抗生剤は**決められた日数、回数**で内服することが大切です。必ずお守りください。

内服を始めると数日で症状は治まりますが、途中で薬を中断してしまうと、菌を確実に退治できず再燃してしまいます。また合併症の発症にもつながります。

予後

溶連菌にかかった後、2%未満ですが溶連菌感染後急性糸球体腎炎という腎疾患を合併することがあります。

そのため、1～4週間後に尿検査を行い、腎臓の状態を確認することがあります。

のどが痛いときは …… 栄養バランスも大切ですが、食べやすいものがお勧めです。

ひんやり



炎症でのどが熱をもちやすいので、アイスクリームやかき氷など、冷たいものが心地よく感じられます。

つるん



やわらかくてのどごしがよいうどんやプリンなど食べやすいでしょう。

(札幌市病児保育事業)東雁来すこやかこどもデイサービスのご予約・ご利用について

対象のお子さん 生後5か月から小学校6年生まで。

利用定員 4名

病児保育の予約 右記QRコードにアクセスください

