

ほけんだより

令和5年5月2日
No. 4 (特別号)
老上小 保健室

だんだんと日差しが強い季節となりました。今年さまざまな感染症が増えてくるのが考えられますので、これまでと変わらない基本的な「手洗い・うがい」や咳エチケット、「早寝早起き朝ごはん」等の生活リズムを整えることで、ウイルスやバイキンに負けない体づくりをしていきましょう。

頭じらみがはやってきました

アタマジラミについて、下記を参考に、一度ご家庭でもお子さまの頭髪を観察してください。また、見つかった場合、兄弟や家族の方もうつっていることが多いので、一緒に確認してください。

あたまじらみってどういうもの??



● 症状 ●

強いかゆみがある場合もあります（無症状の人もあります）。

● 観察のポイント ●

耳の後ろあたりから襟足の髪の毛に卵を産みつけられることが多いです。

卵は白色で、フケと間違えやすいですが、取ろうと髪の毛をこすってもなかなか取れないものは卵の可能性が高いです。

（上の写真は成虫です。成虫は約2ミリの大きさにこげ茶～灰色っぽい色をしています。素早く動くため、見つけれないことが多いです）



★見つかった場合★

・必ず医療機関を受診しなくてはいけないものではありません。しかし、判断できない場合や心配な場合は小児科や皮膚科等かかりつけ医にご相談ください。（受診されない場合でも、薬局の薬剤師に問い合わせいただき、薬剤師の指示に従ってください）

・感染拡大防止のため、学校へ連絡帳等を通じて連絡をお願いします。

● 予防 ●

・できる限り毎日頭髪は洗いましょう。子ども自身で洗うと、洗えていない箇所が出るため、大人が髪の毛の根元から洗うようにしてください。（特に小さい学年）

・タオル・くし・帽子など、直接髪の毛に触れるものは貸し借りはしません。学校でも指導しますが、ご家庭でも話してあげてください。

・成虫は、人体から離れても3日ほど生きているため、枕カバー・シーツ等寝具はこまめに洗濯することをお勧めします。



★頭じらみは、頭の不潔が原因ではなく、発生源もはっきりしません。

★頭じらみは、風邪などと同様、集団生活を送っていると知らない間にうつってしまいます。恥ずかしがることはありません。（学校でも、子どもたちにこのように説明します。）