

まだまだ、寒い日が続いていますね。今年も保育園でのインフルエンザ感染は少なかったように思いますが、型を変え、春先までがピークです。近隣ではノロウイルス等感染性の胃腸炎も多く出ており、十三保育園でも今年もヒトメタニューモウイルスが例年よりも多く出ています。ここからいろいろなイベントの多い時期、引き続き体調管理をしっかりと、元気に新しい年度を迎えていきたいですね。



3月3は耳の日



耳掃除をする時は…
お風呂上がりや、皮膚がふやけて傷付きやすいのでできれば避け、耳の入口付近だけを掃除しましょう。また耳掃除中は、事故を避けるために安全な場所で行いましょう。

耳が2つあるのはどうして？
真正面から聞こえた音は、左右の耳に同じ強さで聞こえますが、片側からの音は音に近い耳で強く聞こえます。つまり、耳が2つあることによって、音のする方向を聞き分けることができるのです。

耳はバランスをとる動きも！
耳は、「音を聞く」他に、「体のバランスをとる」という動きをしています。耳の奥にある三半規管というところが、体の傾きや動きなどを感じ取っているのです。

感染性胃腸炎が流行り始めています

- ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。
- 下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行ってください。



汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



最近流行っている

ヒトメタニューモウイルスとは……

どんな感染症？

ヒトメタニューモウイルスによる感染症。
母親からもらった移行抗体が消失する生後6カ月頃から感染が始まり、2歳までに50%、10歳までにほぼ全員が感染（2歳までに大部分が感染するRSウイルス感染症より遅い）。
多くは喘鳴を伴う気管支炎の症状。
重症化した例の半分は初回の感染で、もう半分は再感染のため、必ずしも初めての感染が重症化するとは限りません。
80%は感染したらほぼ症状が出る顕性感染（成人は70%近くが無症状の不顕性感染）。
終生免疫は一度の感染では得られず、幼少期は何度も感染します。⁽¹⁾
何度もかかるうちに次第に軽化していきます。



どんな症状？

潜伏期間は4～6日。
症状は主に咳や喘鳴など細気管支炎症状や肺炎など。時に下痢・軟便や嘔吐などの消化器症状も。
ヒトメタニューモウイルスはRSウイルスと兄弟のように似たウイルスのため、症状も似ており、症状からはRSウイルス感染症と区別は難しいです。ただRSウイルス感染症よりも熱の期間は長めで、中には5日くらい発熱が続くこともあります。「インフルエンザのような高熱の持続とRSウイルス感染症のような呼吸器症状が一緒になった症状」と例える専門家も⁽²⁾



6月 何度も感染する



2歳 50%



10歳 ほぼ全員



かかりやすい季節

日本では毎年3～6月に流行します。最近ではRSウイルス感染症の流行時期が早まり、季節が重なることも増えてきたため、流行時期だけでは区別が難しくなってきました。

重症化しやすいのはどんな場合？

乳幼児では呼吸器から酸素投与が必要になる肺炎の合併もあります。入院患者数はRS感染症の25～40%とRS感染症より少ないです⁽²⁾。



通常1週間くらいで症状は改善しますが、発熱が続く場合には中耳炎や細菌の二次感染の場合があります。中耳炎の合併率は約15～30%とされています（RSウイルス感染症より少なめ）。⁽²⁾ ウイルス排泄は通常1～2週間と長いです。⁽²⁾ 状が改善すれば登園や登校が可能です。

潜伏期間 4～6日 改善まで 多くは1週間程度

<参考文献>

1. 橋本浩一. RSウイルス・ヒトメタニューモウイルス感染症、臨床と微生物、2021、48: 125-131.
2. 菊田英明. [臨床検査の最新情報-将来の検査を展望する] 呼吸器感染症のなかのヒトメタニューモウイルス感染症、医学のあゆみ、2017、263(13): 1131-1135.
3. 菊田英明. RSウイルス感染症、ヒトメタニューモウイルス感染症、臨床と微生物、2019、46: 673-678.