

# お母さんになったら

28年度9月号

保育園に入ってからよく風邪をひくようになりましたが、どうしてでしょう？  
(0歳児)

今は免疫作りの時期です。

生まれたばかりの赤ちゃんは、母胎免疫の働きで護られているので、風邪をひきにくくなっています。この免疫は予防接種をすることと、実際に感染することです。風邪のウイルスは、何百種類もあるようですが、ワクチンは十数種類だそうです。ほとんど「実際に風邪をひくことによって免疫をつけてかかりにくい身体をつくる」、風邪をひくことで丈夫になるということです。

保育園に入る前は家庭保育だったのが、保育園という大きな集団、たくさんの人の中で生活するようになったからです。たくさんの人が集まるところはウイルスも多く、病気にかかることは当たり前のことなのです。

保育園では、手洗いやうがい、部屋の換気などで感染症の予防をしています。同時に各ご家庭でも生活リズムをきちんと（早寝・早起き・朝ご飯）していただいたり、予防接種を受けることも大切なことです。

保育園時代に何度も何度も風邪をひいて免疫をつけておくと、小学校入学のころにはあまり風邪をひかなくなります。ただの風邪ではない、肺炎、中耳炎、扁桃炎なども子どもではよくある病気ですが、子どもによっては重症になるときもあるので、きちんと病院受診をしてください。

