



青藍会

検索

日に日に日差しが強くなり、暑い季節がやってきました。子どもたちは、暑さのなかでも夢中になって遊ぶので、水分補給には十分に気を配りましょう。水分補給や体調管理に気をつけながら、睡眠もしっかりとり、暑さに負けない体づくりをしましょう。



暑い夏を 元気に乗り切るポイント

①水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給を心がけましょう。

②皮膚のケア

こまめに汗を拭いたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。



④室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンを上手に使いましょう。ただし、冷やし過ぎには要注意。設定温度27℃～28℃を目安にしましょう。

③紫外線対策

外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。



8月7日は「鼻の日」…鼻を大切に

【鼻かみは、ゆっくりと片方ずつ】

子どもが自分で鼻をかむ場合、ゆっくりと片側の鼻の穴を押さえながら、少しずつかむように教えましょう。強くいっぺんにかむと、鼓膜に圧力がかかり、中耳炎の原因になることもあります。



7月の利用（主な疾患）

| | |
|---------|-----|
| 感冒様症候群 | 25件 |
| 不明熱 | 8件 |
| 中耳炎 | 2件 |
| 溶連菌感染症 | 2件 |
| ヘルパンギーナ | 3件 |
| 喘息 | 3件 |
| 周期性発熱 | 1件 |

他

夏

皮膚疾患について

水いぼ Q & A

Q. 水いぼって何？

A. 伝染性軟属腫ウイルスが原因でできる粟粒大のイボで、おなかや肘・脇の下などにできて広がります。

Q. 登園やプールは？

A. 登園の規制はありません。プールもOKですが、じゅくじゅくしている時はプールは控えたほうがよいでしょう。

Q. うつるの？

A. イボがつぶれて中の液がつくとうつります。体の接触、タオル等の共有でうつりやすいので注意が必要です。

Q. どうやって治すの？

A. そのままでも半年～1年半ほどで治ります。アトピー性皮膚炎の子や、痒くて掻きこわしてしまうような場合、たくさんできている場合は、医師に相談のうえ、治療を。

あせも



あせもはおでこや肘・首の周りなど、汗がたまりやすく、皮膚がこすれる場所にできます。アトピー性皮膚炎のある子は、症状が悪化することもあるので注意しましょう。

あせもをつくらないポイント

- ①薄着が基本。
- ②吸湿性のよい木綿の肌着を着る。
- ③汗をかいたら着替える、タオルで拭く、シャワーで流すなどして、常に肌を清潔に。



とびひ

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻いたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着して繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。なかでも黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、夏になると流行します。

患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。

子どもの間で感染しやすいので、家族でもタオルの共有や、兄弟との入浴は控えましょう。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、毎日シャワーを浴びて体を清潔に保つことも予防法となります。



LINE・facebookやっています！

病児室の様子や季節の病気について、定期的に配信しています。

→ 右のQRコードからお友だち登録をお願いします☆☆☆

LINE



facebook

