



# 保健のページ



春は健康診断を実施しています。内科健診・歯科健診・検尿検査があります。結果は「おはようブック」にも記載されますが、異常のみられた場合は、職員から個別でお声かけいたします。

歯科健診については、健診当日「おはようブック」に結果を貼付しています。「健診結果の表の見方」はホワイトボードでもお知らせしていますが、ご不明な点がありましたら職員までお尋ねください。

特に歯科治療は、開始が早い方がおこさんの負担も少なく、通院回数も少なく済むことが多いようです。お忙しい中ではありますが、ぜひ早めに治療を開始しましょう。

## 【あせものケアについて】

だんだんと汗ばむ日も増えてきましたね。あせものは乳幼児で多くみられる皮膚疾患です。

透明で小さな水泡や、赤みのある発疹が体にみられます。赤みのあるあせものは、かゆみを伴うことが多く、掻き壊すことで「とびひ」に移行するおこさんもおられます。

日々のケアとしては、汗を拭き、清潔にすることが大切です。通気性の良い服もおすすめです。

シャワーで汗を流すのも良いですね。でも、一日の中で何度もせっけんを用いて体を洗うと、皮脂がなくなりすぎて皮膚が乾燥してしまいますので、せっけんで体を洗うのは一日一回で充分です。

それでも、かゆみが強い場合、掻き壊している場合には、通院がおすすめです。

## 【事故に気を付けましょう】

日々成長していくこどもたちは、昨日届かない場所も今日は手が届くようになることもあります。

家庭内での事故として、やけどは頻度が高いものです。汁物をかぶってしまったたり、熱いものに触ってしまうこともあります。

家庭内でやけどをした場合、まずは流水で冷やしましょう。やけどした部位に直接当たらないようにし、20～30分冷やし続けます。水ぶくれがある場合には、決してつぶさないようにします。

服の上からやけどをした場合には、無理に服を脱がせず、服の上からでよいので、そのまま冷やしましょう。

救急車を呼ばなければならないのは、大人の手のひら2つ以上の範囲のやけど、顔全体・手全体・性器のやけど、黒色や白色になったやけど、ぐったりしている場合です。

また、誤飲も事故として起こりやすいものです。

水に浸っていたたばこや、その液体を飲んだ場合には、ニコチンが高濃度で溶けている可能性がありますので、すぐに受診が必要です。顔色が悪い、不機嫌になる、嘔吐や頭痛がある場合も、すぐに受診しましょう。

その他にも、「誤飲してしまったが、どうしたらいいのか？」という場面で利用できるのが

**「中毒110番」電話:072-727-2499 (365日24時間対応)** です。お困り際にはご活用ください。

参考:これからの小児救急電話相談ガイドブック/日本中毒情報センター

看護師より

