



ほけんだより

7月号



令和3年7月吉日
 もりのなま保育園
 喜舎場ひよこ園
 病児・病後児保育室
 ☎098-935-5327

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

目の病気に気を付けて！

プール熱や流行り目に注意が必要な時期です。流行り目の場合、乳児は朝起きた時に目やにがびっしりついて目が開けられないこともあります。目やにがひどい時は濡れガーゼなどで拭いてあげましょう。

目薬をさす時は…

床に寝かせ、両ひざで頭を左右から挟みます。片方の手で乳児のあごを押さえ、目頭に1～2滴、目薬を落とします。この時、目をつぶっていても目薬が落ちたことに反応し、自分から瞬きをするので無理に目を開いてさす必要はありません。

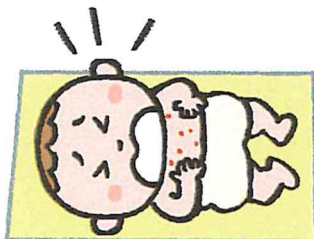


気になる虫刺され

乳児が蚊に刺されると、大人より反応が遅く、1～2日後に症状が出る場合があります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水ぼうがができたりし、腫れる場合も大人よりも大きく腫れあがります。これは、虫刺されの経験が少ないために起こる激しい炎症反応です。刺された直後に洗って冷やし、薬を塗ってもよくならない時は病院で診てもらいましょう。また手足の指先はなめてしまう危険性もあるため、薬はつけないようにしてください。



水遊びの前は必ずチェックしてください！



毎回、水遊びの前はその日の健康状態を必ずチェックしましょう。

- ・ 体温
- ・ 顔色
- ・ 機嫌
- ・ 睡眠時間
- ・ 下痢をしていないか
- ・ 発疹はないか
- ・ 目やには普段より多くないか

プール熱とは？

プールに入っていなければ感染することもないのでは？と思われるプール熱ですが、実際はプール以外にも家族の中に感染者がいる場合は、くしゃみや共有で使った物などから感染する可能性もあります。外から戻ったら手洗い・うがいをし、タオルは共有しないようにしましょう。まだ自分でうがいのできない乳児の場合は、飲み物で喉を潤すだけでも構いません。外から戻った時は、お茶やお水を飲ませ、ウイルスを洗い流すようにしましょう。

