

8月 ほげんだより

小佐野保育園

R6・8・1発行

暑い夏がやってきました。たくさん汗をかくと体力を消耗します。食欲も落ちやすい季節ですが、しっかり食べて休息をとり、体調の変化に気をつけながら元気に夏を楽しみましょう。

夏季休暇は感染予防をしっかりと！

8月には、観光や帰省などで、国内外を問わず人の出入りが多くなることが予想されます。国内だけでなく、海外からも感染症が持ち込まれたり、地域を問わず感染が拡大する可能性が高くなる時期です。

お出かけの際は「なるべく人ごみを避ける」「人との距離をとる」「こまめにうがいをする」「せっけんを使ってしっかり手洗いをする」など基本的な感染予防対策をお願いいたします。

複数の感染症が流行しています

今年は6月からすでに気温が30度を越えたためか、通常夏に流行する感染症が前倒しで流行したように思います。そのほかにも、新型コロナウイルス感染症、冬の感染症とされていたRSウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎も混在し、**感染症ドミノ**と言われる現象が各地で起こっています。

感染症にかかったあと、完治していなかったり、体力がしっかり回復しないまま集団生活に戻ると、次々と別の感染症をもらってしまうリスクが高くなってしまいます。お子さんが体調を崩したときは無理をせず、早めに休養をとりましょう。

☆マイコプラズマ肺炎は4年に1度流行するといわれていて、昨年末すでに中国から始まり、その後韓国でも感染拡大がみられました。今後日本でも流行するかもしれません。ご注意ください。

夏の肌トラブル

蚊

に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐにはれ、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

ケアは

- 1 刺されたところを水で洗い流します。
- 2 かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。

あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケアは

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取りましょう。

予防は

汗をよく吸い取る綿の肌着やシャツを着せましょう。



とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿しん（とびひ）ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿しんが広がります。

ケアは

シャワーを浴び、皮膚の清潔を保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

肌トラブルを防ぐために

- 皮膚を傷つけないように**つめを短く切る**
- かゆみをやわらげるように**冷やす**、**かゆみ止めを塗る**
- 治りが遅い、広がった、湿しんが変化したときは、**小児科や皮膚科を受診**

治療は

抗菌薬の塗り薬を使います。よくならないときは抗菌薬の内服をします。