

大滝病院 病児・病後児保育園

7 月に入りましたね。6 月には、異例の暑さと気温差に体力がついていかず体調を崩すお子様方も多いようです。

これから、子どもたちが大好きな水遊びも始まります。
この時期に増える感染症に気を付けながら
元気に健康に過ごしていきましょう。



*** 夏に多い感染症 ***

流行性角結膜炎 → 目が腫れ充血し目脂や涙が多く出る。感染力が強いのでタオルの共有はしない。

アデノウイルス感染症 → 高熱が 3~5 日続き、目の充血・目脂・喉の痛みといった症状が出る。

ヘルパンギーナ → 突然の高熱と喉の痛み、口内炎が特徴。軽症の場合は 1~4 日で解熱。

手足口病 → 手や足や膝・お尻に突然水疱ができる。口の周りにもブツブツができて、
更に喉も痛い。熱が出ることもある。

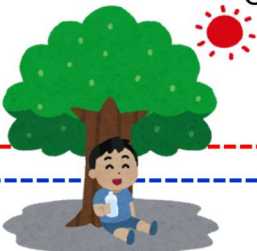
ウイルス感染症によって起こる病気です。**感染力が強い**のでこのような症状が見られたら、
必ず受診をして医師の診断を受けましょう。

😎😎😎 紫外線対策 😎😎😎

紫外線を多く受けると熱中症の危険が高まります。

長時間の外出の時は、つばの広い帽子をかぶったり、UV クリームを塗ったり、
UV 加工がされている衣服を身に着けたりして紫外線を防ぎましょう。

日陰で休息を取るのも効果的です。それでも日焼けをしてしまったら、
日焼けした患部を冷やしたタオルなどでしっかり冷やしましょう。



🧴🧴🧴 スキンケア 🧴🧴🧴

皮膚には、外からの細菌や刺激物などが体の中に入るのを防ぐバリア機能があります。
皮膚が荒れていると、ダニ・ほこり・カビ・汗・花粉・食べ物・よだれなどが体に入り、
炎症を起こし、湿疹やかゆみを引き起こすことがあります。

☆皮膚を清潔に保ちましょう ☆保湿剤を塗りましょう

《 洗うとき注意したいこと 》

- ① きめ細かい泡を作り洗う
- ② 石鹸の洗い残しがあると肌が荒れる原因になるためしっかりすすぐ
- ③ タオルで体を拭くときはこすらずに包み込むように拭く

