



ほけんだより 8月

令和3年 8月 白鳥保育園 看護師

暑いと体力が落ちて、食欲がわからないことや、つい冷たい物ばかりを食べてしまうことがあります。

暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりとご飯を食べられる工夫をしましょう！

7月の感染症

☆マイコプラズマ肺炎…1名 ☆溶連菌…2名
☆突発性発疹…1名 ☆ウイルス性胃腸炎…1名

とびひの増える季節です!!

とびひは、虫刺されの跡や傷に、菌がついて発症することが多いです。「傷がじゅくじゅくしている」「なかなか傷が治らない」は、とびひの始まりのサインです。これをかきむしり、その手で他の場所をかくと、そこにもとびひが広がります。

※とびひかな?と思ったら、早めに受診しましょう!

家庭での手当

☆じゅくじゅくした部分はガーゼでおおう。皮膚科で処方された薬があれば塗ってから、ガーゼでおおう。

☆お風呂では湯船につからず、シャワーで洗い流して清潔を保つ。

☆湯上りはこすらずに拭き取る。



マイコプラズマ肺炎とは??

<症状>

- ・しつこく咳が続く
- ・熱は出る場合と出ない場合がある
- ・体がだるい

<検査>レントゲンや血液検査

<治療>抗菌薬が処方されます

知らず知らずのうちに感染を広げてしまいます。手洗い、うがい、咳エチケットを基本に予防しましょう。

8月7日は鼻の日

鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりをそのままにしておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、中耳炎など他の病気の原因になることがあります。鼻水・鼻づまりが気になったら早めに病院を受診しましょう。

そして家庭では、鼻水が出たらふく、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう、繰り返し伝えていきましょう。



車内の注意点

本格的な夏がやってきました。エアコンをつけ、涼しくした車内でも熱中症には注意が必要です。水分補給はもちろん、日除けなども使用しましょう。また、車に長時間乗る場合は、こまめに休憩を取り、お子さまを少し歩かせるなど、外気に触れさせて気分転換をしてあげましょう。

