

早いもので、今年も後1ヵ月となりました。今年は夏から秋にかけて急激に寒くなり、かぜでお休みした子どもたくさんいました。園ではこまめな手洗い・うがいを呼びかけ、かぜ予防をしています。ご家庭でもお子さまの体調管理に十分な配慮をお願いします。

手洗い

手洗いはかぜや感染症の予防にもつながります。外遊びの後、トイレの後、食事の前にはしっかり手を洗う習慣を付けましょう。

きれいな 手の洗い方



冬のかぜについて

冬に流行するかぜには、発熱、鼻水、喉などが主症状の“鼻と喉のかぜ”と、嘔吐や下痢が主症状の“お腹にくるかぜ”（感染性胃腸炎など）があります。冬場、特に注意すべきはインフルエンザです。時に重症化することがあり、急な発熱や悪寒、筋肉痛・関節痛を伴うようなら、インフルエンザの可能性があるので早めに医師にかかりましょう。



自宅では、部屋を保温・加湿し、脱水症状が出ないように、水分補給には十分注意しましょう。

冬休みの 注意点



お休みの間は生活リズムが乱れやすくなるので、夜は決まった時間にお子さまと一緒に布団に入るようにしましょう。また、ポットやファンヒーターなどによるやけどが増えています。お子さまの手が触れない工夫をお願いします。

11月の感染症

・アデノウイルス・感染性胃腸炎・インフルエンザA

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。

緊急時！けがと事故の対処法①


すり傷・切り傷

すり傷の対処法

- ・水道水でよく洗う！！
傷口に入った砂などの異物を、水で洗い流します。(消毒は必要ありません)
- ・湿潤環境を保つ (モイストヒーリング)
絆創膏やガーゼは浸出液を吸い取り、患部を乾燥させるため、創傷被覆材をお勧めします。
※園では応急処置として、患部をよく洗い絆創膏を使用します。

切り傷の対処法



- ・水道水で傷口を洗いましょう
- ・ばんそうこうなどで傷口を固定します
(傷口が開かないように固定をすると、痛くなく、早く治すことができます)
- ・傷が深い、出血が止まらないなどの時は、すぐに受診しましょう



創傷被覆材 (キズパワーパッドなど) の注意点

- 1、傷口を水道水で洗います。消毒や軟膏などの傷薬は使用しないでください。
- 2、けがをした2～3日は毎日、その後は2～3日に1回交換しましょう (交換する時は、傷口を必ず洗ってから、新しい物を貼ってください)。

* 傷の周りが赤くなる、痛みがひどくなる、異臭がする時は、早めに受診しましょう。

頭を打ったら…

まず、患部を冷やし安静にします。頭部外傷は、打撲によるたんこぶから、命に関わる重症なものまであります。6時間以内 (通常は1時間以内) に嘔吐などの症状が見られた場合は、早急に受診しましょう。また、1歳くらいまでの乳児は、頭を打って1ヵ月以上経ってから「慢性硬膜下血腫」という合併症を起こす場合があるので注意が必要です。

頭を打ってから1日くらいまでの注意事項

- ・顔色が悪い。
 - ・嘔吐する。
 - ・けいれんを起こす。
 - ・次第にぼんやりとして、声をかけないとすぐ眠ってしまう。
 - ・手足の力が入りにくい。
 - ・鼻血が続いたり、鼻や耳から水分が流れ出る。
 - ・物が二重に見える。
 - ・頭痛が段々強くなる。
- このような症状が見られたらすぐに受診しましょう。



頭を打ってから半年くらいまでの注意

頭を強くぶつけた後、すぐに症状が出なくても、3週間から6ヵ月の間に、まれに慢性硬膜下血腫といって頭の中に血腫が溜まる場合があります。頭痛、嘔吐、脱力感、ふらつき (片麻痺) などが現れ、次第に悪化するようなら発症の可能性があるので早めに受診しましょう。

鼻血

鼻血が出た時は、まず子どもの衣服をゆるめてらくにさせます。鼻の付け根を指で挟み、圧迫して止血します。出血が治まらない時は、鼻の穴の入口近くに脱脂綿などを詰め、様子を見ます。鼻の付け根を冷やすのもよいでしょう。20分以上出血が止まらない場合は、病気の可能性もあるので、受診しましょう。

鼻血が出た時に上を向かせると、血が喉に流れて吐き気をもよおす場合がありますので、頭は下に向かせましょう。

