



8月のほけんだより



令和7年8月1日
牛久さくら保育園

猛暑が続いています。子ども達は、暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分の補給には十分に気をつけましょう。また、遠出される方も多いと思います。体調やけがに気をつけながら、楽しい夏の思い出をつくりましょう。

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。



<7月の感染症>

- RS ウイルス感染症
- 胃腸炎
- 溶連菌感染症

診断名はつかなくても、発熱や咳、または嘔吐や下痢などの症状が長引いているお子様が数名いました。

8月は旅行に出かけるご家庭も多いのではないのでしょうか。出先で困る虫刺されや植物かぶれ、また子どもに多い急な鼻血について載せましたので、参考にしてください。

まだまだ暑い日が続きます。乳幼児は熱中症になりやすく重症化しやすいです。車内や、ベビーカーに乗せている時も十分に気をつけましょう。

虫刺され・植物かぶれ

虫刺されも、植物かぶれも、まず絶対にかかぬことが大切です。かいてしまうと傷から菌が入り悪化することや、とびひになることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまうので、十分に気を付けましょう。



蚊

子どもの場合、蚊に刺される免疫が少ないため、水ぶくれができることもあります。刺されたら患部を洗い、30分以内に炎症をとる薬を塗ると、症状が軽くて済みます。

毛虫

毛虫の毛が皮膚に刺さって炎症を起こした場合は、患部にセロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れるため軽症で済むことがあります。また、直接触らなくても毛が皮膚に触るだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。

ダニ

市販の虫刺され用の薬で効果があります。人によってはアレルギーなどで、全身に発疹が広がり、ぜんそくや皮膚炎を引き起こす場合もあるので、その場合は受診しましょう。

ムカデ・ハチ

刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫に刺されたことがあり、気分が悪い、息苦しいなどの場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるので、早急を受診しましょう。

植物かぶれ

植物の中には発疹や水ほうなどを起こすものもあります。症状が出た場合、患部を触って広がらないように衣類を着替えたり、患部を流水で流し、かゆみ止めなどを塗ったりしましょう。水ほうは清潔なガーゼで覆います。患部が広がったり、かゆみが治まらない場合は受診しましょう。