9月のほけんだより

令和４年９月
牛久さくら保育園

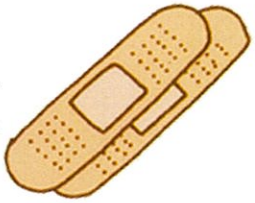
暑さがやわらぎ、外遊びの時間が増えてくると、小さなけがも多くなります。9 月 9 日は「救急の日」です。この機会におうちの救急用品の中身を見直したり、応急処置の方法も学んでおきましょう。

救急箱の中身、チェックしてますか？

救急箱の中身に決まりはありません。普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけば OK です。ただし、滅菌ガーゼや薬は使用期限がありますし、テープ類は古くなると粘着力が弱くなります。1年に1回は中身をチェックしましょう。

CHECK!

- ☐ **絆創膏**
  けがをした部位に合わせて選べるよう、形やサイズをいくつか用意しておくと便利。



- ☐ **はさみ**
  救急箱専用にしておくと衛生的で安心です。

- ☐ **体温計**

- ☐ **ガーゼと医療用テープ**
  傷口を保護したり、薬を塗った上にかぶせたりして使います。個包装の滅菌タイプが使いやすいでしょう。

- ☐ **毛抜きやピンセット**
  皮膚に刺さったとげを抜いたりするのに使います。

- ☐ **常備薬**
  （虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど）

誤飲！ 家庭でできる応急処置は？

口の中をよく洗い、異常が見られれば、すぐに受診しましょう。刺激性のものや炎症を起こす危険性があるものを飲んだときは、牛乳や水（120mL が目安）を飲ませますが、たばこや石油製品（合成洗剤、クレヨン、絵の具など）の場合は症状が悪化する可能性もあります。迷ったときは医療機関に相談しましょう。

注意 吐かせてはいけない場合

- 意識障害やけいれんがある
- 6 か月未満の乳幼児
- **ガソリン、灯油、塩素系漂白剤の原液**などを飲んだとき
- とがったものを飲んだとき

家庭でできる応急処置

衣料用洗剤	牛乳、卵白などを与える
漂白剤	牛乳、卵白などを与える
殺虫剤（ホウ酸系）	牛乳または水を与える
シャンプー・リンス	牛乳、卵白などを与える
防虫剤（パラジクロロベンゼン）	水を飲ませて吐かせる（牛乳を飲ませてはいけない）

※診断には、「**いつ・何を・どれくらい**」飲んだかが重要です。誤飲したものの残りや説明書、箱などがあれば医療機関に持参してください。

お知らせ

- 8月の感染症は、コロナ、手足口病、ヘルパンギーナ、アデノウイルスでした。
- 10/5 尿検査、10/12 歯科検診、10/26 健康診断を予定しています。