

梅雨入りしじめじめと蒸し暑くなってきました。先月号でも触れましたが、本格的に虫刺されやあせもやおむつかぶれなど皮膚のトラブルが多くなってきました。早めに対処をしてこの季節を気持ちよく過ごしたいですね。

虫刺されの対処



1. 刺されたところを水でよく洗い流します。
2. ハンカチで包んだ保冷剤や濡らしたタオルをあてて冷やすとかゆみが和らぎます。
3. 虫刺されの薬を塗るときは刺された部分をきれいにしてからにしましょう。

保育園ではムヒを用意しております。ご心配なことがありましたらお声がけください。

※ご家庭でほかの塗り薬や日焼け止めと併用したいときは
塗り薬→日焼け止め→虫よけスプレー の順番で塗りましょう。



あせもの対処

汗を分泌するところに、汗やほこりなどが詰まって炎症が起こった状態です。子供の肌は10分汗を放置しただけでもあせもになることがあると言われています。

- ・ 汗をそのままにせず、こすらないようにこまめにふき取り着替えましょう。
- ・ シャワーで汗を流しましょう。できないときは濡らしたタオルで拭きとりましょう。
- ・ ハンカチで包んだ保冷剤をあてたり水で洗う等で冷やすとかゆみが和らぎます。
- ・ 綿やガーゼ素材の服を選びましょう。
- ・ 長い髪はすっきり結びましょう。
- ・ 薬を塗るときはシャワーや濡らしたタオルで汗を拭きとり、皮膚を清潔にしてからにしましょう。(汗がついたまま薬を塗っても効果が十分得られません。)



おむつかぶれの対処

- いつもより回数多くおむつ交換をして清潔を保ちましょう。
- 便をしたときは可能であればシャワーできれいに洗い流してあげましょう。
- 処方された薬を塗るときはシャワーなどできれいにしてからにしましょう。汚れたまま塗ると薬の効果が十分得られません。

(ペットボトルなどでミニシャワーを作ってもいいですね。)



※ 日に日に悪化する場合、早めに受診し適切な薬を正しく塗りましょう。

肌トラブルと水遊びについて

お肌は保湿が大事といわれています。ですが肌トラブルにはまず、シャワーや拭きとり、こまめな着替え等でお肌を清潔にすることが大切です。保湿はそのあとに行いましょう。

これから水遊びが始まります。集団活動になりますので衛生面と感染予防の点からいくつかお願いがございます。ご理解とご協力をお願い致します。

- ✕ このような時は水遊び（プール）出来ません
- ✕ 傷がじくじくして液が出ているとき
- ✕ 傷に痛みや腫れがあるとき
- ✕ 傷から血が出ている時
- ✕ 絆創膏をしているとき（キズパワーパッド、ケアリーヴなど特殊な絆創膏も含む）



※傷があってもかさぶたになっている場合は水遊び（プール）可能です。

- ✕ 水遊び（プール）をする日の朝は皮膚に何も塗らないでください
(日焼け止め、虫よけ、あせもの薬、保湿剤、ほか皮膚に塗る薬)

水が濁ったりぬるつきます。それらの薬の成分が子供たちの口に入ってしまういます。

肌トラブルは早めに対処しましょう。そして気持ちよくこれからの時期を過ごしたいですね。

