

# 保健室より

夏の皮膚トラブルに気を付けましょう



## あせも (汗疹)

乳幼児は、新陳代謝が活発で大人の3倍汗をかきます。汗をかいて放置すると、あせもが出来やすくなります。子どもの汗腺(全身にある汗がでる腺)の数は、大人と一緒にです。皮膚の面積に対し汗腺の密度が高いこともあせもの原因です。毎日入浴をして皮膚を清潔にしましょう。入浴時には、ボディタオル等で身体を洗うのではなく、石鹸をつけた手で洗うのが理想的です。もし、あせもができてしまったら早めに皮膚科を受診しましょう。

### 【対策】

皮膚を清潔にし、洋服は通気性・吸収性が良いものを。着替え・おむつ替えはこまめにしましょう。



赤ちゃんのあせもが出来やすい場所

- 顔
- 首のまわり
- わきの下
- ひじの内側
- おむつが当たる
- 脚の付け根や腰まわり
- ひざの裏
- うなじ
- 背中
- おしり

## とびひ (伝染性膿痂疹)

湿疹や発疹、虫刺されなどの掻きこわしなどで、黄色ブドウ球菌や連鎖球菌が感染して起こります。水疱(水ぶくれ)ができ、じくじくして痒くなります。水疱が破れ、細菌を含んだ液が手指に触れ、他の部位を触ると広がります。痒みと全身に広がるスピードが速いことが特徴です。とびひの治療は、細菌の増殖を抑えたり死滅させるために、抗生物質入りの飲み薬と塗り薬で皮膚と身体の内側の両方から治療を行います。夏にかかりやすいため注意が必要です。

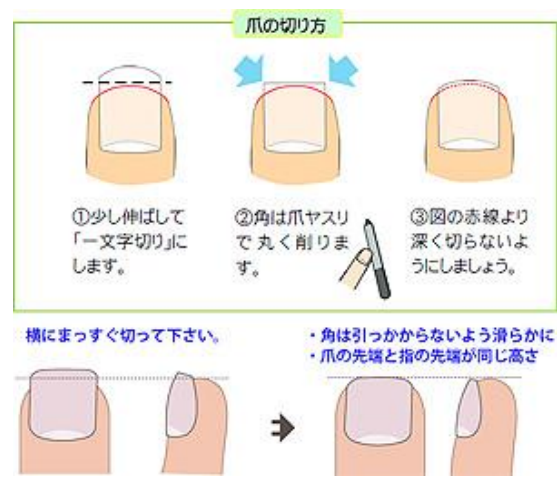
### 【対策】

早めに皮膚科受診をして、移らないように注意しましょう。子どもは、皮膚のバリア機能が未熟なため日頃から肌を清潔にしましょう。 ※登園の際には、とびひの部位をガーゼ等で覆ってください。また、浸出液が多い時や広範囲の場合には、登園をお控えください



## 爪のケア

子どもの爪は伸びるのが早く、爪が伸びていると友達にあたり怪我をさせてしまう・爪が割れる、虫刺されを掻きこわし感染を起こすこともあります。家庭で曜日を決めて爪のチェックをしましょう。園では、毎週1回全園児対象に爪の確認をしています。(しおりに記載あり)



爪の切り方

- ①少し伸ばして「一文字切り」にします。
- ②角は爪ヤスリで丸く削ります。
- ③図の赤線より深く切らないようにしましょう。

横にまっすぐ切って下さい。 角は引っかからないよう滑らかに 爪の先端と指の先端が同じ高さ

