

水元医院 平瀬先生（園医）より 「乾燥肌について」

この時期は乾燥肌になりやすくなります。

原因としては、気温の低下・空気の乾燥・暖房の使用・皮膚の水分量の減少などがあります。

症状は、肌のかさつき・痒み・掻くことによる掻きこわしがあります。

掻き壊す事で肌のバリア機能が低下しアレルギー物質が体内に入りやすくなり、アトピー性皮膚炎の原因になってしまうこともあります。

予防の為には、日頃からの保湿ケアが大切になってきます。市販の保湿クリームでも問題はありませんが、症状がかわらない場合には皮膚科受診しましょう。

皮膚のかさつきや痒みがみられたら、早めの病院受診・早めのスキンケアが大切です。

また、風邪を引きやすくなる季節なので、体調管理には気をつけましょう。



<保育園での取り組み>

- ・床暖房（0、1歳クラス）、暖房で室温調節を行っています。
- ・室内で過ごす時や散歩時には衣類調節を行っています。
- ・加湿器を使用し湿度調節を行っています。
- ・こまめな水分摂取を行っています。



乾燥肌やアトピー性皮膚炎など軟膏が必要な場合には、病院で処方された軟膏をお預かりすることもできます。

お預かり時に必要な物は左記になりますので、必要な時には担任または看護師までお声掛け下さい。