

ほけんだより



平成28年12月
こでまり保育園
～第9号～

早いもので今年も残すところあと少しとなりました。最近では急激に気温が下がり、本格的な冬の寒さを感じます。今年は例年より早く各地でノロウイルスやインフルエンザの流行が本格化し始め、感染しないためにも注意が必要になってきます。引き続き、手洗いやうがいを丁寧に行っていきましょう。

これから年末年始になると子どもたちには楽しいイベントがたくさん！外出や来客などの機会も多く、大人も子どもも生活リズムが崩れがちになってしまいますが、元気に新年を迎え、登園できるよう体調管理に気をつけていきましょうね。

小児救急でんわ相談



急な発熱・頭をぶつけた・嘔吐、けいれんなど 判断に困ったら

8 0 0 0

- ★ 小さなお子さんをお持ちの保護者の方が、休日・夜間の急な子どもの病気にどう対処したらよいのか、病院の診療を受けたほうがいいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師への電話による相談ができるものです。
- ★ この事業は全国同一の短縮番号 #8000 をプッシュすることにより、お住まいの都道府県の相談窓口へ自動転送され、小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

1 頭をぶつけた
急な発熱
嘔吐・けいれん

2 こどもがぐったりして少し熱があるんですが…
休日・夜間のこどもの急な病気に困ったら、#8000 をプッシュ

3 そのくらいの症状なら、もうしばらく様子を見てください
すぐ病院に行って、受診してください
小児科医師・看護師による電話対応



☆年末年始の病院受診について☆

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子様の急な病気や怪我に備えて、事前にかかりつけの病院の他、救急病院や休日当番医なども確認しておくといいですね。外出先や時間帯によって受診が無理なときのために救急ダイヤルなどを登録しておくこともおすすめです。

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

低温やけどに注意

ホットカーペットや使い捨てカイロに長時間ふれることで起こる「低温やけど」が増えています。痛みを感じにくく、重症化しやすいのが特徴。肌が赤くなり子どもが痛がゆく感じたら要注意。

応急処置



痛みが和らぐまで流水で冷やす。最低 20 分くらいは冷やし続け、その後病院へ。

広範囲のやけどは、冷水でぬらしたシーツなどで全身を覆い、シャワーをかける。その後病院へ。