

ほけんだより

～すくすくげんき～



尿検査のお知らせ

- ・2月9～10日に幼児クラス対象で尿検査の提出をお願いします。容器と説明用紙は2月7日に配布いたします。朝一番の尿を提出していただきたいので朝お子さまと一緒にトイレに行き、検体を採取するようにお願いいたします。
- ・検尿の目的は、子どもの腎疾患を早期に発見して早期治療することにより腎不全（腎臓の働きを失った状態）への進行を防ぐこと、日常生活の質（QOL）の改善を図ることです。子供における尿異常は尿検査をきっかけとして発見されることが多く、子供の腎疾患の早期発見の手掛かりとなっています。検査の結果は健康ノートで月末にお知らせしますが、検査結果で陽性の場合再検査のお願いをさせていただきますので、個別に説明させていただきます。

花粉症について

2月～3月頃はスギ花粉が多く飛散します。スギ花粉にアレルギーのある場合は、早めの対策を行きましょう。

また、この季節は、風邪をひいている子供も多くみられます。鼻水が頻繁に出ている時には、花粉症なのか風邪なのかの判断がつきにくいということもあるかもしれません。

違いについてもきちんと知っておきましょう。

風邪と花粉症の違いは？

鼻水が出ているけど、風邪の引き始めなのか、花粉症なのかかわからないという場合があります。下記の項目をチェックしてみましょう。

チェックしてみよう

口水っぽい鼻水が頻繁に出る □顔などのかゆみがある

□くしゃみが何回も出る □発熱はない

□目のかゆみや充血がある

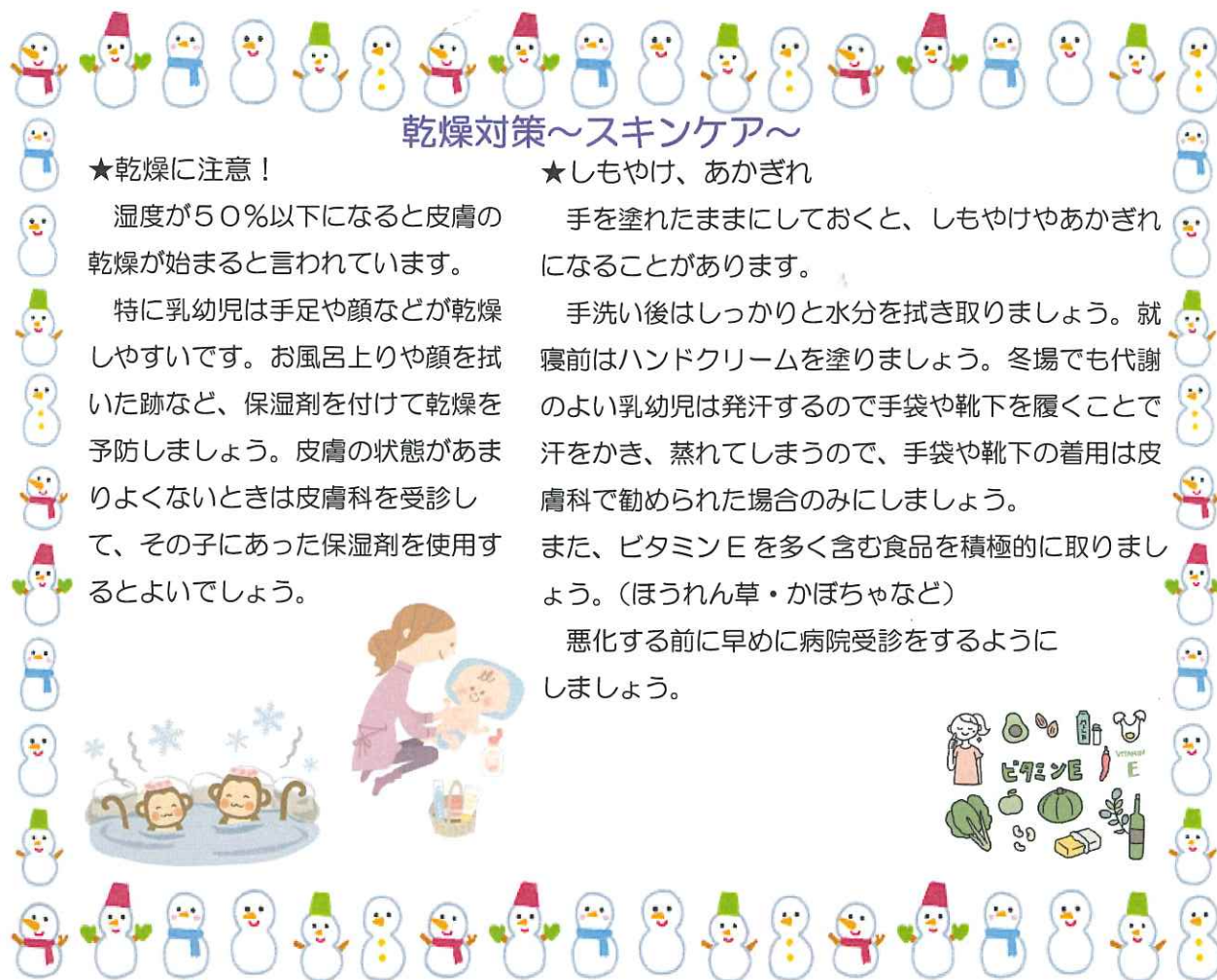
上記のような症状がみられる場合には花粉症を疑います。小児科や耳鼻科を受診しましょう。発熱がある場合には、風邪が考えられるので、医師にはその旨を伝えましょう。また、黄色やみどりの鼻水が長い期間出る場合には、風邪の鼻炎から急性副鼻腔炎を経て、慢性副鼻腔炎（蓄膿症）になっていることがありますので、注意しましょう。



1月の感染状況

- ・発熱…18名
- ・胃腸炎…1名
- ・咳鼻水…9名
- ・溶連菌…3名

※新型コロナウイルス感染症に
関しては子どもメールでお知らせ
させていただきますので省略させてい
たきます。



乾燥対策～スキンケア～

★乾燥に注意！

湿度が50%以下になると皮膚の乾燥が始まると言われています。

特に乳幼児は手足や顔などが乾燥しやすいです。お風呂上りや顔を拭いた跡など、保湿剤を付けて乾燥を予防しましょう。皮膚の状態があまりよくないときは皮膚科を受診して、その子にあった保湿剤を使用するとよいでしょう。

★しもやけ、あかぎれ

手を塗れたままにしておくと、しもやけやあかぎれになることがあります。

手洗いはしっかりと水分を拭き取りましょう。就寝前はハンドクリームを塗りましょう。冬場でも代謝のよい乳幼児は発汗するので手袋や靴下を履くことで汗をかき、蒸れてしまうので、手袋や靴下の着用は皮膚科で勧められた場合のみにしましょう。

また、ビタミンEを多く含む食品を積極的に取りましょ

う。悪化する前に早めに病院受診をするようにしましょ



目の充血、かゆみは要注意

子どもの目が充血している、目ヤニが出る、かゆがる・・・そんな時は、結膜炎かもしれません。主な原因は「ウイルス」「細菌」「アレルギー」の3つです。

ウイルス性

細菌性

アレルギー性



目が開かないほどの目ヤニ



黄色っぽい目ヤニと充血



とても強いかゆみと充血

原因によって治療薬が違います。重症化することもあるので、自己判断せずに、病院へ行きましょう。かゆみが持続し目をこすっていると、眼球に傷がついてしまうこともありますので、アレルギー性の結膜炎と診断を受けた場合は定期的に眼科受診をお勧めいたします。