



ほけんだより ～すくすくげんき～



*・*5月31日に歯科健診がありました*・*

健診の結果

	ひよこ組	あひる組	べんきん組	ねこ組	とら組	らいおん組
受診者数	12名	20名	24名	26名	28名	28名
所見なし	11名	17名	22名	21名	23名	19名
虫歯あり	0名	0名	0名	2名	2名	6名
歯石あり	1名	1名	2名	0名	0名	0名
その他(形成不全、癒着歯、反対咬合など)	0名	2名	0名	3名	3名	3名

*歯科園医の渡辺先生から、城山保育園のおともだちは虫歯が少ないですね！コメントを頂きました。

3歳児くらいから虫歯が増え始めます。

1日1回は頑張って歯磨きをしましょう。フッ素塗布を歯科で行う時期は奥歯が生え揃うころがいいです。これを利用して、まめに定期健診を受けましょう。

あせも

汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症が起こる症状で、細かく赤い発疹が出ます。綿などの吸湿性・通気性のある衣服を選んで、汗をかいたらこまめに拭き、衣服を替えさせるのが一番の予防法です。シャワーや沐浴など、スキンケアで治まることもありますが、かゆみがある時は、冷たいタオルで冷やすなどして、なるべくかかないようにしましょう。ステロイド系の外用薬がひどくなつたあせもには有効です。



マラ前チェック！

- ・爪は伸びていませんか？
- ・皮膚に異常はありませんか？
- ・熱はありませんか（前日まで熱はなかったですか？）
- ・鼻水や咳は出ていますか？
- ・目やにや充血はありませんか？
- ・食事や睡眠はとれていますか？



夏に多い感染症

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1~4日くらいで解熱します。



手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうができ、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



マラ熱

マラで感染することもあり、高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。



流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段よりも多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。

虫刺され・植物かぶれ

虫刺されも、植物かぶれも、まず絶対にかかないことが大切です。かいてしまって傷から菌が入り悪化することや、とひひになることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまうので、十分に気を付けましょう。

蚊

子どもの場合、蚊に刺される免疫が少ないので、水ぶくれができることがあります。刺されたら患部を洗い、30分以内に炎症をとる薬を塗ると、症状が軽くて済みます。

毛虫

毛虫の毛が皮膚に刺さって炎症を起こした場合は、患部にセロハンテープなどを貼ってはがすと毛が取れるため軽症で済むことがあります。また、直接触らなくても毛が皮膚に触るだけで強い皮膚炎を起こすこともあります。

ダニ

市販の虫刺され用の薬で効果があります。人によってはアレルギーなどで、全身に発疹が広がったり、ぜんそくや皮膚炎を引き起こす場合もあるので、その場合は受診しましょう。

ムカデ・ハチ

刺されるとすぐに強い痛みが出ます。腫れが強い場合は受診しましょう。以前にも同じ虫に刺されたことがあり、気分が悪い、息苦しいなどの場合にはアナフィラキシーショックの可能性があるので、早急に受診しましょう。

植物かぶれ

植物の中には発疹や水ぼうなどを起こすものもあります。症状が出た場合、患部を触って広がらないように衣類を替えたり、患部を流水で流し、かゆみ止めなどを塗ったりしましょう。水ぼうは清潔なガーゼで覆います。患部が広がったり、かゆみが治まらない場合は受診しましょう。