

今年は、例年に比べて寒い冬となっています。しかし、寒さに負けずに外遊びを楽しむ姿が見られます。子ども達の元気な笑顔は、きちんとした体調管理が出来てこそ生まれるものです。免疫力アップのためにも、生活リズムを整えましょう。

低温やけどに注意しましょう

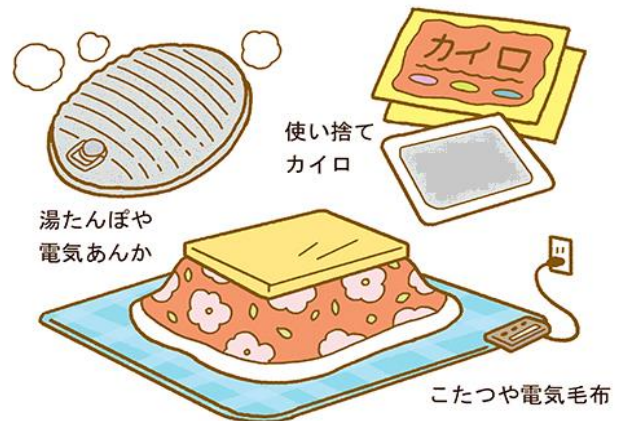
低温やけどは、使い捨てカイロなど、身近なものが原因になります。50度なら3分間押しつけているだけで、42度でも6時間触れていると、低温やけどを起こします。

低温やけどは少しひりひりしたり赤くはれたりするだけですが、実際には皮膚の深いところに及んでいることがあります。子どもは症状をうまく言えないので、皮膚のはれが長引くときは、念のため受診しましょう。

低温
やけどを
防ぐには

電気毛布は 寝る前 ON、寝るとき OFF

寝る前に電気毛布のスイッチを入れてふとんを温めておき、寝るときにはスイッチを切りましょう。



湯たんぽは 体から離して

電気あんかや湯たんぽは、睡眠中に触れないよう体から少し離れたところに置きましょう。



上手に使おう!!~ほんそうこう~

絆創膏(ばんそうこう)は、濡れたり、貼ったままにすると不衛生です。保育園での処置でも、絆創膏を使います。必ず当日・入浴前にはがして、入浴後に傷の状態を見て、場合によって新しい絆創膏を使用しましょう。
※予防接種後の絆創膏も同じです。その日のうちに取りましょう

湿潤療法用テープ (キズパワーパット™など)

1. 痛みを和らげる
2. 傷を早く治す。
3. 傷跡を残さず、きれいに治す

近年は、消毒して乾かしてかさぶたを作るという考えより『傷をしっかりと覆い、潤いを保ってきれいに治す』モイストヒーリングの傷ケアの考え方が広まってきています。

感染症情報

コロナ禍前の丹生川地区では、例年ですと1月中旬ころからA型が流行し、2月中旬ころからはB型も流行してきます。市内・全国的にも3年ぶりにインフルエンザ流行の兆しがあります。うがい、手洗い、睡眠、適度な湿度(50~60%)、バランスのとれた食事が、インフルエンザ予防に効果があると言われています。家族全員で体調管理を行い、受診をお願いします。

受診の結果は、電話で教えていただくとありがたいです。