

令和7年 筑後保育所 11月1日発行





暑さは和らぎ、空を見上げると青空が高く広がり、足元には落ち葉が色鮮やかに広がっています。秋風は段々と冷たくなっていき、冬を感じる季節になりました。子ども達は元気に園庭を駆け回っていますが、寒くなると同時に肌は乾燥してきます。皮膚の乾燥を防ぎ、体を暖かくして元気に冬支度をしていきましょう。



子どものアトピー皮膚炎のはなし

『アトピー性皮膚炎とは』 かゆみを伴う湿疹が慢性的に繰り返される皮膚の病気です。皮膚の角質層の水分が減り、異物の侵入を防ぐバリア機能が低下して炎症が起き、発症します。子どもの皮膚は、大人に比べてバリア機能が弱く、アトピー性皮膚炎になりやすい素地があります。

『ケアのポイント』

①<u>保湿ケア</u>:皮膚のバリア機能を高めるために、保湿剤を定期的に使用することです。特に入浴後や乾燥する季節には、しっかり保湿しましょう。(アトピー性皮膚炎ではないお子さんも保湿ケアはとても大切です。)

②アレルゲンの排除:アトピー性皮膚炎を悪化させる要因を特定し、できるだけ排除することです。

適切な治療炎症が悪化する前に早めの治療を始めることが重要です。早めの受診をお勧めします。

③<u>生活習慣の改善</u>:子どもが快適に過ごせる環境を整えることです。適度な温度と湿度を保ち、ストレスを軽減するための工夫をしましょう。

【アトピー性皮膚炎の悪化要因】 1つの要因だけでなく、様々な要因が重なり合って起こることが多いため、 悪化要因の対策を行うことも治療を行う上で大切になります。

*季節の変化?秋や冬に悪くなる?花粉の時期に変化?

*清潔環境の変化?

*ペットの影響?

*汗や汚れが影響? などなど

【乳児の医療機関の受診の目安】

以下のような場合に医療機関を受診して、相談しましょう。

*肌をこすりつける

*毎日かゆがっている

*保湿をしても肌が2週間以上赤くガサガサしている

*乳児湿疹といわれて2週間以上治らない

*薬を1週間使っても治らない

常日頃より、皮膚の保湿ケアが大切です。

いい歯の日

11月8日は118(いいは)から「いい歯の日」です。健康的な歯を保つために、日々のお手入れをしましょう。

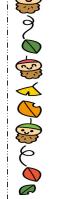
"食べたら磨く"の習慣を身につけましょう。

まずは子どもが磨くのを見守り、

子どもだけでは不十分なので

1日1回スキンシップも兼ねて

仕上げ磨きをしてあげましょう。





11月15日は「七五三」です。七五三は子ども達の健康と健やかな成長を祝う日です。

おめでとうございます。