

子ども健康部 幼児課 令和6年5月発行

#### つめのケアはできていますか?

お子さんのつめは定期的に切っていますか。おとなにくらべて子どものつめは仰びるのが草いといわれています。 つめが養く仰びていると、思わぬ時に凌だちにあたってしまい、けがをすることもあります。そのほか、ばい菌やほこりが入ったり、つめが割れたりするので注意しましょう。

# つめが伸びすぎて起こるこんなトラブル





かきこわして とびひになる



友だちにけが をさせてしまう



ばい菌やほこ りが入る



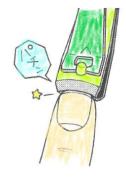
つめが割れる こんなときどうする??

#### 伸びすぎを防ぐために



お嵐宮に入った後などに、つめをチェックすることを習慣づけたり、「適間に」回、曜日を決めていたりすると、切り忘れを防ぐことができます。

切るときは、深づめにならないように気をつけましょう。 お風名上がりだとつめがやわらかくなって、切りやすいでしょう。特に覚のつめは、まっすぐに切りましょう(つめの満端が皮膚に食い込む "陥入づめ" の予防になります)。





## 5月31日は世界禁煙デー 子どもたちに無煙環境を



5月31日は世界禁煙デーです。この5月31日から6月6日までの1週間が禁煙週間となります。子どもがいない場所でタバコを吸った場合でも、髪の毛や洋脱、呼気などにタバコの 残留成分が残っていて、受動喫煙してしまいます。この機会に子どもたちがタバコの害にさらされていないかを見着してみませんか。





### ■タバコの煙による子どもの健康への影響

- ・乳幼児突然死症候群・低出生体重児・むし歯・歯肉への色素沈着
- ・肺炎、気管支炎・ぜんそく・慢性副鼻腔炎・中耳炎
- ・アトピー性皮膚炎・せき、たん、喘鳴・扁桃肥大

てあしくちびょう手足口病

# がんいん しょうじょう 原因と症状

手足位病は、手のひらや足の裏、位の中に小さな水疱や赤い発疹ができます。位の中に発疹ができると、痛みのために食事がとりにくくなります。また、発熱をともなう場合もあります。原因となるのは、コクサッキーウイルスやエンテロウイルスなどで、せきやくしゃみによる飛沫感染や便中にウイルスが排泄されることによる経口感染などで発症します。

## ちりょう治療

手定管病の原因ウイルスに対抗する特効薬はありません。一般的には、自然に治癒していく病気です。発疹のかゆみが強いときには、抗ヒスタミン剤の軟膏やクリームなどを塗る場合もあります。

### ケアと注意点

台の節の発疹の痛みで、食欲が低下したときには、脱水症状にならないように水分補給を心がけます。 食べ物はプリンやゼリーなど、のどごしのよいものに します。また、柑橘紫の菓物などすっぱいものや、熱い 汁ものなどはしみるので、避けるようにしましょう。

ごくまれにですが、髄膜炎などの合併症を起こす場合があります。頭痛や嘔吐をともなう発熱が続くときには、草急に小児科を受診しましょう。

予防として、手洗い、うがいの励行、おむつ交換時に はよく手洗いをするようにしましょう。



