

汗ケア・スキンケアですこやかな肌を保ちましょう

①お風呂でよく洗い流しましょう

汗に含まれる塩分などが、皮膚への刺激になります。入浴できないときは、ぬらしたタオルでふき取るとよいでしょう。



あせもがしやすい場所をチェック

・頭からうなじ、首
・背中や胸
・腰からおしり
・ひじの内側
・ひざの裏、太ももの内側 など
汗をかきやすいところ、たまりやすいところにできます。

虫刺されがないかチェック

蚊に刺されただけでも、小さな子どもはかゆみはれます。肌をチェックして、かゆみがあるところは冷やしてあげましょう。



③寝汗もなるべく取ってあげましょう

睡眠中の汗は、寝入りばなの1時間ほどの間にたくさん出ます。寝る前に、背中とパジャマの間にタオルなどをはさんでおき、後でそっと抜いてあげるとよいでしょう。

蚊に刺されると、すぐはれるのはなぜ？

蚊は、血液を吸うときに自分の口から唾液の成分を私たちの体に注入します。この成分に、免疫が過剰に反応してアレルギーを起こし、はれやかゆみを起こします。

ただ、蚊に刺されたことのない赤ちゃんや小さな子どもでは、体の中でアレルギーが起こるのに時間がかかり、反応も強くなります。そのため、少し時間がたってから、すぐはれてびっくりすることがあります。



1～2日後にはれてくる

刺された翌日くらいから、赤くはれたり、水ぶくれになったりし、数日続きます。

ひどいときは病院へ

炎症を抑えるステロイドの塗り薬が必要な場合がありますし、水ぶくれからばい菌が入る危険があります。ひどいときは早めに小児科や皮膚科で相談しましょう。



178号
8月号

子育て通信「にこにこ」は、胎内市ホームページからもご覧いただけます！

発行 子育て支援課 子育て支援係
TEL43-6111(内線1261) R4.7.25

子育て支援センター さわらび保育園 みなみ

さわらび保育園子育て支援センター「みなみ」です。みなみでは、アットホームな雰囲気の中で、ゆったりと遊びを楽しんでもらっています。子育ての悩みなどお聞きしながら、お家の方もリフレッシュできる場になればと思います。「支援センターで遊ぶとご飯の進みが良くなる」「たくさんお昼寝してくれました」という嬉しい声も聞かれました。オムツ交換や授乳ができる個室もありますので、小さいお友だちも安心して遊びにきてくださいね。



お子さんもお家の方も水筒などを持参して頂き、水分補給をしながら遊びましょう。8月もお待ちしております。

