



陽の木かげ・そよかぜだより



2月は暦の上では立春。冬の寒さもあと少しです。2月～3月は花粉が飛ぶ季節。今年は昨年より花粉の飛散量が多いようです。近年、子どもの花粉症の発症率も上昇しているそうなので朝の起きがけに多量の鼻水や鼻づまり、くしゃみが止まらないなど(モーニングアタック)気になる症状がある時は小児科や耳鼻科に相談してみましよう。また免疫を高めて病気に負けない元気な体作りをしましよう。

子どもの花粉症について

こんなサインに 注意

大人の病気と思われがちですが、5～9歳では13.7%、10～19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症状があっても、熱がないから大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく様々な問題を招くおそれがあります。

花粉症の 三大症状

くしゃみが出る

鼻水・
鼻づまりが
続く

目を
こする

●口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。



●なかなか寝ない

●日中元気がない、きげんが悪い
息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。

花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の周りの花粉との接触を減らしましよう。

花粉を家に持ち込まないために

外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましよう。

玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いでつるすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましよう。

服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくいツルツルの素材の上着を選ぶなどがおすすめです。



目薬

は笑顔でさしましょう

目薬をさすときに、大人が緊張して険しい顔をしていると、子どもが怖がってしまいます。目薬をさすときは、笑顔で声をかけましょう。



1 目薬をさす前に手をよく洗う

目薬に触る前に手を洗って清潔にします。子どもの目の周りが汚れていたら、ぬらしたタオルなどでやさしくふいてあげましょう。

2 下まぶたを軽く引っ張り、1滴垂らす

「あかんべえだよ」などと声をかけて下まぶたをそっと引っ張り、すぐにくぼみに1滴垂らします。このとき、目薬の先端が目やまつ毛に触れないよう気をつけて。

3 あふれた薬を吸い取る

目からあふれた薬は、ティッシュペーパーで吸い取ります。

●目を閉じてしまったら

子どもが目を開けてくれないときは、目頭に薬を垂らし、その後、まぶたを開けるよう声をかけましょう。

●どうしてもできないときは

寝ているときに、上まぶたと下まぶたを開いて、その間に2滴ほど垂らしてあげましょう。

1月20日～2月16日までに病児保育「陽の木かげ」でお預かりした病名と多かった年

年齢

多かった病名…咽頭炎・アデノウイルス感染症・ノロウイルス感染症
多かった年齢…1歳・2歳、4歳同人数・5歳の順に多かったです。



咽頭炎に次いで感冒性胃腸炎や感染性胃腸(ノロウイルス)のお子さんが多かったです。インフルエンザの他に、夏風邪と言われる手足口病、ヘルパンギーナなどのお子さんもいて、保育園で流行している病気も園によって様々でした。病院受診の際、発熱した時間、解熱剤の使用の有無、症状、周囲の感染状況など、大切な情報になりますので先生に詳しくお伝えください。

☆ある日の出来事

先日5歳児Aちゃんと遊んでいる時のこと。遊びながらマスクがはずれてしまい、私のノーマスクの顔を見てなんだか驚きの顔。どうやら、想像していた顔と違っていらしいです・・・(汗)
コロナ感染対策においてマスクが日常になっている現在。政府は来月3/13よりマスク着用について・・・個人の判断に委ねると方針を決めました。今、子どもたちにとってマスク着用が当たり前ですが、脳の発達の専門家によると子供の言葉の発達に影響を及ぼしているそうです。マスクで口元が隠れてしまうと相手の感情を理解する力や共感する心が付きにくくなるばかりか言語の獲得にも影響する可能性があるとのこと。保育、教育の場においても以前のようにお友達や先生たちの顔を見ながらお話ししたり、笑顔がたくさん見れる日が早く来るとよいですね(^^)／

