



ほけんだより9月



めぐみの木病児保育室

夏休みが終わり、ひと回り成長したお子様達の姿を嬉しく思います。まだまだ残暑が続きますが、少しずつ朝晩は過ごしやすくなってきました。夏の疲れが出やすい時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。

9月9日は「救急の日」です。救急とは、急なけがや体調不良の手当てをすることです。小さな子供は、まだ何が危険かを予測することが出来ず、好奇心が旺盛なため、けがをしやすいです。また夜間や休日に急に具合が悪くなることもあり、受診をした方がいいのか判断に迷うケースがあるかと思えます。今月号のほけんだよりでは、家のなかで起きやすいけがや、救急車を呼ぶ必要があるときは、どんなときかについて詳しくお伝えしていきたいと思えます。

III 転んで、落ちて…頭を強く打った！！ III

打撲によるたんこぶから、命に関わる重症な物まであり、すぐに症状が出る場合もあります。頭蓋骨内でじわじわと出血が進み、時間差で症状が現れることもあります。また、頭部から出血していたり、子供が泣いていたりすると焦ってしまいがちですが、まずは、受傷部の状態を確認し、保冷剤等を使って受傷部を冷やしながら、安静に過ごしましょう。出血がある場合は、清潔なガーゼやタオルで圧迫し、止血を確認して下さい。また、頭蓋骨内で出血していた場合、入浴したり、体を動かしたりして血行が良くなると、症状が進行することがあります。受傷直後の入浴は控え、なるべく安静に過ごす様にしましょう。

受傷から 6 時間程度の間に、下記の症状が現れた場合は、速やかに脳外科や小児科を受診して下さい。

- 繰り返し吐く
- 意識がはっきりせず、呼びかけても反応がない
- 手足の動きがいつもと違う、ピクピクしている
- 打ったところが陥没している
- 出血が止まらない



子どものやけど、気を付けて！！

やけどというとストーブやアイロンなどを思い浮かべるかもしれませんが、一番多い原因はみそ汁やスープなどの熱い食べ物です。やけどは、日常のちょっとした隙に起こります。大人が抱っこしたまま調理をしたり、熱いお茶を飲んだりするのは、危ないので止めましょう。

食卓では、熱い食べ物や飲み物を子どもの手の届かない場所に置き、子供の食事は少し冷ましてから置くようにしましょう。



台所では、炊飯器や電気ポットなどの加熱する電化製品を子どもの手の届かない場所に置き、コードに引っかからない

ようにしっかり対策をしましょう。

子どもがやけどをしたときは、すぐに流水で患部を冷やします。衣類を着ているときは、服の上から水をかけましょう。水膨れが出来たときや、やけどの範囲が広いときは病院を受診しましょう。



受診するべき？救急車を呼ぶ？

夜間や休日に子どもの体調が悪くなったり、けがをしたりしたときは、救急外来や休日診療を受診した方がいいのか、判断に迷うことがあります。こども医療電話相談(#8000)、こどもの救急(WEB サイト)は、受診の必要性を判断してくれたり、アドバイスしてくれたりするので、活用してみてください。

こんなときは、ためらわずに救急車を！

- 出血が止まらない
- 意識がない、混濁している
- 唇が紫色で呼吸が弱い
- 激しい腹痛、嘔吐が止まらない
- 交通事故
- 高所からの転落
- 乳児(3か月未満)の高熱
- けいれんや硬直している

※救急車が来たら、事故や具合が悪くなった状況や経過、救急隊が到着するまでの変化、子どもの情報(持病、かかりつけ医、飲んでいる薬)を伝えましょう。

