

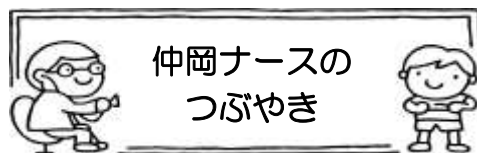
2021年3月号 おおきくなあれ



No. 252

岐阜市芥見大般若1丁目84番地 河村病院 病児保育園クララ
HPアドレス <http://www.kawamura-medical.or.jp>

寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになったこの頃。緑葉や色鮮やかな花々が咲き始め、春もすぐそこまでやってきているようです。例年ならインフルエンザが流行する時期ですが、今年度はとても少ないようです。このまま感染症等の大きな流行がないことを祈るばかりです。今年度も最後の月となりました。子どもは健康で元気が一番ですが、やはり小さい頃の成長過程に病気はつきもの。そんな時に病児保育が少しでもお役に立てたらという思いで、スタッフ一同心を込めて保育看護にあたらせて頂きました。至らぬ点も多く、ご迷惑をおかけしたこともあるかと思いますが、そんな中無事に今年度を終えることができますのも保護者の皆様のご理解ご協力のおかげ、そして病気と頑張って闘った子どもたちのおかげと心より感謝申し上げます。卒園、進級の節目を迎え、嬉しくて寂しいこの時期。親さんも子どもさんも病気をなさらず、今年度を締めくくって下さいね！そして、どの子も強く逞しくおおきくなあれ！！



お薬について

◎セルフメディケーションの第一歩はお薬について正しい知識を身につけること
(以前2012年12月にも記しましたが自分の健康は自分で守る)

処方薬と市販薬の違いは！！

処方薬=症状に応じて医師が処方する医療用医薬品。医療機関や保険薬局が調剤します。
市販薬=(OTC医薬品)薬剤師などの助言をもとに薬局、ドラッグストアなどで購入できる薬です。

◎ポリファーマシーとは多数の薬という意味の造語だそうです。単に服用する薬剤数の多いこと(多剤服用)ではなく薬によって有害事象のリスク増加、飲み忘れや飲み間違いがあります。すべて悪いというわけではないようですが薬剤の適正な処方と一人一人がお薬手帳などを有効活用し薬と上手に付き合う方法を身につけることが重要です。

子どもの花粉症

3月に入り、いよいよ本格的に花粉が飛ぶ季節となってきましたね。近年、子どもの花粉症が増えてきて、2、3歳頃から花粉症になってしまう子もいます。子どもは自分が花粉症でも気づくことができません。まわりの大人が気をつけて見てあげて、早めに適切な対応をすることが大切です。

【子どもの花粉症を疑うべき症状】

- よく鼻をすする ○口呼吸をしている ○目や鼻を痒がる
- よく鼻をこする ○いびきをかく など…

子どもは症状の出方が大人よりもあいまいなのが特徴です。また中耳炎や副鼻腔炎、扁桃肥大を併発することも多いので、疑わしい症状がある場合は早めに受診しましょう。

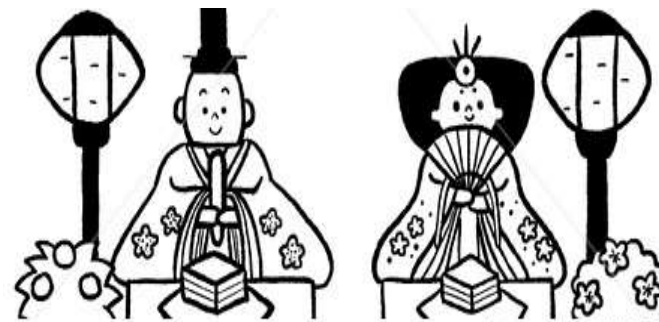


花粉症対策として大切なのは花粉をできるだけ浴びないようにすることです。家に帰ったら衣服についた花粉を払う、衣服を外干ししない、こまめに部屋の掃除をする、空気清浄機を活用する…などがありますが、それに加えて食事や生活習慣で免疫力をあげることも大切です。ヨーグルトなど乳酸菌を継続的に摂取すると効果的と言われています。十分な睡眠を取り、規則正しい生活を心掛け、花粉症の季節をうまく乗り切りたいですね。

☆彡 3月3日は ひなまつり ☆彡

ひな祭りは女の子の健やかな成長を願う行事です。【桃の節句】とも呼ばれ、ひな人形に桜や桃の花、雛あられや菱餅などを飾り、ちらし寿司やハマグリ料理を楽しむ節句祭りのひとつです。

ひな祭りにひな人形を飾るのは、人形に女の子の穢れを移して厄災を身代わりに引き受けてもらうためです。厄払いの意味があるので3月3日当日だけではなく、長い期間飾られているのです。



ロタウイルス感染症とは？

乳幼児をはじめ子どもに多い急性胃腸炎を引き起こす感染症で、2～3月にかけて最も多く発生。他のウイルス性胃腸炎にくらべて、下痢や嘔吐の症状が激しいことが多い。

どんな症状？

- ◆潜伏期間は1～3日
- ◆3～8日続く水様便の下痢・嘔吐
- ◆便の色が白い
- ◆39℃以上の発熱や腹痛

乳幼児への2種類のロタウイルスのワクチンが承認されています。経口感染と接触感染で感染します。感染を拡大させないためには、オムツの適切な処理や手洗いの徹底が必要です。