



平成29年2月1日

さつき保育園

看護師 宮城

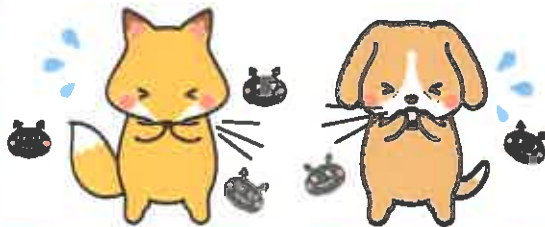
豆まき2・3 お別れ遠足2・9

ほけん便り

寒いからといっておうちの窓を閉め切っていませんか？長い時間換気をしない室内はウイルスや二酸化炭素、ほこりで室内が汚れてしまいます。寒くてもこまめに換気を行い、空気の入れ替えを心がけましょう

クループ症候群

発熱や咳、喉の痛みなど、かぜとよく似た症状が現れますが、声帯の下が腫れ、喉頭が狭くなるため、呼吸困難を起こします。特に息を吸う時に苦しくなり、咳込んだ時に、「ケーンケーン」と犬が鳴くような乾いた咳が出ます。乳幼児は病状が急変しやすく、呼吸困難を起こすこともあるので、この咳が出始めたら、すぐに受診しましょう。ご家庭では、部屋の湿度を上げ、やや頭を高くして寝かせましょう。咳込む時は、体が少し前屈みになるようにして胸や背中をトントンと軽くたたくと、呼吸が楽になるようです。



肺炎

かぜの症状から始まり、「ゴホン、ゴホン」というたんの絡んだ咳が続きます。高熱が続き、脱水症状を起こしている場合は入院が必要です。ご家庭では、加湿器や洗濯物の部屋干しで60%前後の湿度を保つようにしましょう。寝ていて咳込む時は、横向きにして背中を軽く叩いたり、水分を与えたりしましょう。喉を湿らせることでたんの切れがよくなり、咳も出にくくなります。

▼マイコプラズマ肺炎▼

最初にかぜと似た症状が現れ、1～2日遅れて咳が出始め、1ヵ月くらいしつこく続くのが特徴です。特に早朝や就寝前に、ひどく咳込む傾向があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は治療薬があるので受診をしましょう。潜伏期間（14日～21日）が長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので、消毒薬を使用することで予防ができます。咳で感染が広がるため、手洗い・うがいなどもこまめに行いましょう。また、かぜやインフルエンザと同様、免疫力が弱っている時にかかりやすいので、栄養や睡眠をしっかりととり、規則正しい生活を心がけましょう。



誤飲の対応

こんな物を飲んだら...

子どもの誤飲で多い物について、その対処法を挙げてみました。いざというとき、慌てずに適切な対応ができるよう、一覧表をコピーしてはっておくとよいでしょう。

※不安なときや、わからないときは119番に相談しましょう。

★クレヨン



→少量なら、口から取り去り、大量であれば吐かせる。

★せっけん



→そのままようすを見る。

★鉛筆（しん） ★ボールペン（インク） ★水彩絵の具



→そのままようすを見る。

★水銀（体温計）



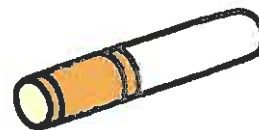
→口の中に傷がないか確認し、ようすを見る。

★シャンプー



→少量ならようすを見る。

★たばこ



→何も飲ませず、吐かせる。

★塩素系 漂白剤



→牛乳や卵白を飲ませ吐かせず、救急車。

★家庭用洗剤



→少量なら、牛乳か卵白を飲ませ、ようすを見る。大量の場合は、吐かせる。

★トイレ用洗剤



→牛乳か卵白を飲ませ、吐かせず、救急車。



★マッチ



→そのままようすを見る。

★灯油



→何も飲ませず、吐かせない至急病院へ。

★薬類



→牛乳か水を飲ませて吐かせ病院へ。

★防虫剤 （パラジクロロベンゼン）



→少量ならようすを見る。

★防虫剤（ナフタリン）



→水を飲ませて吐かせ、病院へ。

★乾燥剤（シリカゲル）



→水を飲ませて、そのままようすを見る。





気管異物や誤飲

まずチェック!

★気管に入ってせきこんでいる場合
ものが気管に入り、呼吸ができないとき。

★吐き出させる

気管に入ったものを吐き出させる。

●風船のゴムやラップを飲み込んだ場合

→のどに詰まって、非常に危険。口の中を見て取り出し、取れない場合は無理せず救急車を。

●魚の骨を飲み込んだ場合

→口の中を見て、取り出せるようならピンセットなどで取り除く。取れない場合は無理せず病院へ。

※のどに魚の骨が刺さった場合、ごはんを丸のみにすると骨がさらに深く刺さることも多いので、避けたほうがよい

★食道や胃の中に入った場合

食道に入った場合は、ものが飲み込めずによだれが出る、などの症状が見られる。胃の中に入ってしまうと、ほとんど症状は見られない。

★飲んだ物によって対応

●石油製品、強酸性(トイレ用洗剤)、強アルカリ性(カビ除菌剤)、揮発性の液体(マニキュア、除光液)、ボタン電池、画びょうなどがった物

→何もせずに病院へ

●住宅用洗剤、漂白剤、バスルーム用洗剤、ワックス

→水または牛乳を飲ませ、吐かせずに病院へ。

●台所用洗剤、洗濯洗剤、化粧水、乾燥剤

→水または牛乳を飲ませ、吐かせてから病院へ。

●衣類の防虫剤

→水を飲ませ、吐かせてから病院へ。

●クレヨン・絵の具・鉛筆、せっけん・シャンプー

→少量であれば、口の中にあるものを取り除き、そのままようすを見る。

※その他、わからないときは119番で相談する。

! こんなときは救急車を

- ・呼吸困難になっている。
- ・意識がもうろうとしている。
- ・ショック状態になっている。



気管異物のときの応急手当て

～吐かせかた～

乳児
・
幼児

呼吸困難もみられるときは逆さまにして、背中の上のほう(肩甲骨の間)を平手で強めにたたく。



幼児

後ろから抱きかかえ、みぞおちのあたりを圧迫する。

