



ほけんだより 9月号

令和4年9月1日
上滝こども園
看護師 佐藤 春山

夏の暑さを乗り越え、ひと回り大きく、たくましくなった子どもたち。毎日元気に登園してくる子どもたちの姿が見られ、とても嬉しく感じる日々です。今年の夏は、新型コロナウイルスの大流行で始まり、猛暑日も続き、体調を崩された方もいらっしゃったのではないのでしょうか。残暑も続くため、程よく休息を取りながら過ごせると良いと思います。

さて、9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。緊急時の備えはいかがでしょうか。今月は、ご家庭でできるけがの正しい処置等をご紹介します。



救急用品の点検

絆創膏

(けがの部位に合わせて選べるよう、
形やサイズをいくつか用意すると便利です。)



はさみ

(救急箱専用にしておくとう衛生的で安心)



体温計



滅菌ガーゼ、医療用テープ

(個包装の滅菌タイプが便利です。)



毛抜き、ピンセット

(皮膚に刺さったとげの除去に使用)



常備薬

(解熱鎮痛剤、かゆみ止め、化膿止め等)

※座薬等は薬剤の種類によって保管場所が異なる為(冷所保存 or 常温保存)確認が必要です。常温保存が可能な座薬でも、「高温を避けて」とありましたら注意が必要です。一度溶けて変形した座薬の使用はお控え下さい。

※薬の使用期限の確認もお忘れなく！

これで安心!

ちょっとしたけがのケア

1 手当てする大人がまず手を洗う

手から汚れがうつるのを防ぎます。

2 傷口を流水で洗う

流水で傷口をやさしく洗い、泥や砂などを取り除きます。とげなどが刺さっているときは、毛抜きで抜き取ってから流水で傷を洗いましょう。

3 傷口を保護する

絆創膏やガーゼなどで傷口を覆います。絆創膏は毎日交換して、傷の治り具合をチェックしましょう。

傷口の汚れやとげなどが取り除けない、傷がなかなか治らないときは、病院へ！



ウェットタイプの絆創膏は使い方をチェック!

モイストタイプ(ハイドロコロイド素材)の絆創膏は、2歳以下の子どもには使えません。使用上の注意を守って使いましょう。

モイストヒーリング(湿潤療法)

特徴:キズを乾かさず(かさぶたをつくらず)、

新しい皮ふが早くきれいに再生する手当の方法。

代表的な商品名(キズパワーパッド、ケアリーヴ等)

ご使用の際は、注意点をよく読んでご使用ください。

2~3日に1回はキズの観察が必要です

※膿や熱を持っている感染した皮ふには使えません

転んで、落ちて……

頭を打った ときのケア

すぐ病院に!



一つでも当てはまる場合

- 繰り返して吐く
- 意識がもうろうとして、呼びかけても反応しない
- 手足の動きがいつもとちがう、左右差がある
- 目の瞳孔の大きさが左右でちがう
- 打ったところが陥没している、出血がひどい

左の項目にあてはまらないときは次の点を守って、数日間は注意して様子を見ましょう。

- 当日はお風呂に入らず、静かに過ごさせる
- 頭蓋内で出血していた場合、入浴して血行がよくなることで症状が進みます。
- 症状が出てきたらすぐに受診する
- 夜寝ているときの様子もチェックする
- 睡眠中に意識障害を起こす可能性もあるので、寝返りを打つか、声をかけたら反応するかなどを見ます。



- 少しずつ顔色が悪くなる
- 吐き気が出る、吐く
- 手足の動きがおかしい、ピクピクする
- 意識を失う、呼びかけても起きない

