

ひまわりだより



2024年2月8日

厳しい寒さの中にも、微かに春の気配を感じられる頃となりました。ただ、日ごとの気温差が大きく体調を崩しやすい時期でもあります。乾燥する冬は、ウイルスが空気中にとどまりやすく、インフルエンザや風邪だけでなく、嘔吐や下痢を起こす「胃腸炎」にもかかりやすくなります。ウイルスを寄せつけないための丈夫な体作り・環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り越えましょう。

嘔吐や下痢が続くと、体内の水分を失いやすく、脱水になってしまうことが心配されます。しかし、水やお茶だけを飲んでいると、塩分や糖分が不足してしまいますので、うまく食事が摂れない時は、経口補水液や薄めたスポーツ飲料などで、小まめに水分と電解質、糖분을補給しましょう。



下痢や嘔吐は、次亜塩素酸ナトリウムでの消毒を!!

(アルコールが効かないウイルスもいます。)

片付けをする時は手袋・エプロン・マスクなどを着用し、終わった後は、石鹼での手洗いやうがいも忘れずに!



オムツかぶれのケアは『清潔・乾燥・保護』

下痢便には消化酵素が含まれており、ふき取りの回数が増える胃腸炎では、お尻が荒れやすくなります。

清潔

水分たっぷりのおしりふきで優しく押すように拭きとるか、シャワーで流しましょう。清潔にすることで、皮膚の再生も早くなります。

乾燥

柔らかいタオルやガーゼなどで軽く押しあてるように水分を取り、十分に乾燥させます。湿ったままオムツを履くと、蒸れて悪化してしまいます。

保護

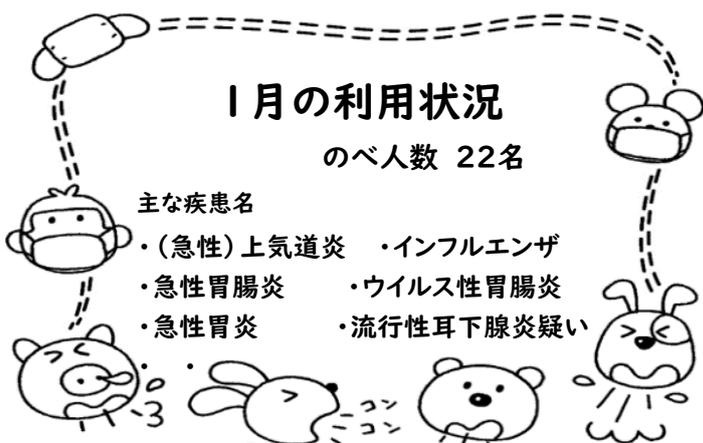
乾いた皮膚に、処方された軟膏やワセリン、ベビーオイルやクリームなど、油分の多い保湿剤を塗って保護します。

1月の利用状況

のべ人数 22名

主な疾患名

- ・(急性)上気道炎
- ・インフルエンザ
- ・急性胃腸炎
- ・ウイルス性胃腸炎
- ・急性胃炎
- ・流行性耳下腺炎疑い



病児病後児保育の利用は、書類での**事前登録が必要です**。郵送にて受け付けております。登録は無料です。詳しくは、ホームページをご覧ください。ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。



☎ 03-6302-1225

(病児直通)

<https://shinjuku.iruma-ns.com/>