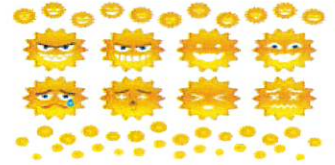




ほけんだより

上庄ひいらぎ 子ども園 3月

今年度も残すところ約1カ月。4月からの子ども達の成長は眼を見張るものがあります。ぞう組の子ども達は4月から小学生ですね。進級・進学は嬉しくもありますが一方で不安も大きく、新しい環境への不安からストレスが身体症状にでることもあります。気になることがあれば遠慮なくご相談ください。



アレルギー性鼻炎

花粉症が注目される時期になりました。子ども達の鼻水も市中風邪なのかアレルギーなのか？と考えてしまいます。薬を飲み続けても治らない、鼻水が止まらないときはアレルギー性鼻炎も考えられます。子どものアレルギーは、近年増加傾向にあります。放置すれば集中力の低下から学習意欲低下、また乳幼児では、呼吸がしにくくなったり、食事やミルクの哺乳にも支障をきたしたり、さらに悪化すると副鼻腔炎や中耳炎、鼻茸などを合併する可能性もあります。

原因 ハウスダスト(ダニ・フケ・ゴキブリ・カビ・ペットの毛など)や花粉などにアレルギー反応が起こり、くしゃみや鼻水などの症状が出る病気です。

以下の状況が繰り返されるようでしたら一度受診されては如何でしょうか？



- 鼻をよくいじる
- 眼や鼻をこする
- よく鼻血を出す
- 鼻づまりでの口呼吸やいびき
- 鼻・口のまわりをしかめる
- 起床時のくしゃみや鼻水

治療 内服薬・点鼻薬・そのほか舌下免疫療法(12歳以上)やレーザー治療7~8歳以上)等



日常生活で気をつけること

- 受診し適切な治療を受ける
- 規則正しい生活習慣に努め免疫力を高める
- 子どものそばでタバコは吸わない
(残留物質の視点から全面的な禁煙を推奨します)
- アレルギーの原因物質の除去や回避に努める
(こまめに清掃する、アレルギー物質を持ちこまない)
- 花粉飛散情報をチェックし飛散が多い日は外出を控える

花粉の時期

- 初春 スギ
- 春 ヒノキ
- 夏 イネ科
- 秋 セイタカアワダチソウ
ブタクサ
ヨモギなど



熱性けいれん予防の坐薬のお預かりについて

現在、熱性けいれんの既往があるお子様について 予防のための坐薬をお預かりしておりますが、使用期限が明記されていないものについては、3月末に一旦ご返却させていただきます。

お子様の氏名・使用期限を明記して新たにお預けいただきますようお願いいたします。