

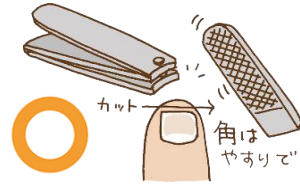
ご家庭での事故やけがへの注意は万全ですか？小さな子どもは、まだ何が危険かを予測することができず、好奇心旺盛で怖いもの知らずです。大人が安全な環境を整えてあげましょう。

つめの伸びすぎ・切りすぎはトラブルのもと

長すぎるとひっかきやすい

子どもの皮膚は薄いので、つめが伸びていると肌をかいたときにひっかいて傷になることがあります。また、つめが衣類に引っかかりやすくなります。

「水・日曜日はつめチェックの日」として、つめをチェックして整えてあげましょう。



特に足の指は巻きづめになりやすいので、切りすぎに注意しましょう。

短すぎると巻きづめになりやすい

つめを短く、丸く切り過ぎると、つめの両端が皮膚に食い込む「巻きづめ」になりやすくなります。

つめの白い部分を少し残して、まっすぐに切りましょう。角は切り落とすのではなく、やすりで丸く整えます。



入園時にお渡ししております多摩市の「健康ガイドブック」30ページに、薬についての記載があります。以下に抜粋した内容を記載しましたので、改めてご確認をお願いいたします。詳細は健康ガイドブックをご覧ください。

保育園での薬の取り扱いについて



1. 基本的に、保育園では与薬をおこなうことはできません。
2. 治療上やむを得ず保育中に与薬が必要な場合は、以下のとおりになります。
*その都度医療機関を受診して処方された薬に限ります
*市販薬、以前処方された薬は、与薬できません
3. ご家庭と園で連携をとり、子どもたちの健康管理をしています。受診なされた際は症状や診断・処方された薬などについてなるべく詳しく正確に、園にお伝えください。

薬を飲んでいると眠気があったり便がやわらかくなったりすることがあります。

保育園での子どもの様子を把握するのにとても役にたつのが、薬局でもらう「薬剤情報提供書」です。提供書を受け取ったら、登園の際に連絡帳に挟んでいただくと大変助かります。ご協力の程よろしくをお願いいたします。

意外に多い子どもの便秘 お子さんは大丈夫ですか？

子どもの便秘は意外と多いものです。便秘が続くと、うんちをするときにおしりが痛んだり、肛門が切れて血がついたり、おなかが苦しくなったりするため、排便することをいやがって、ますます便秘がひどくなってしまいます。食事や生活リズムを見直して、快便生活を目指しましょう。

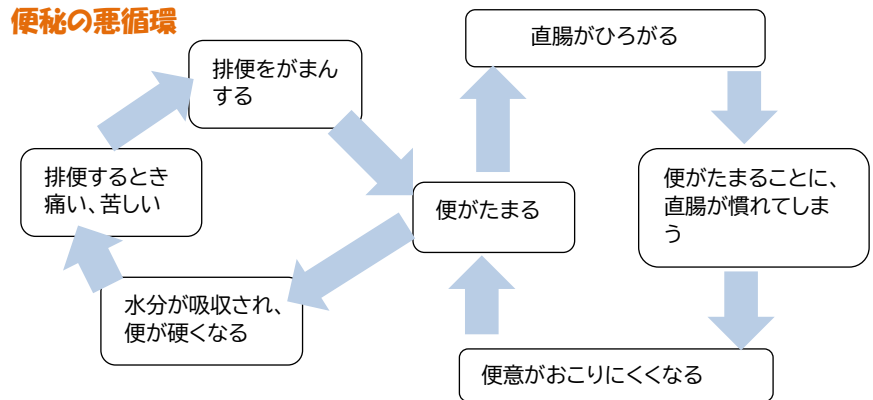
- うんちの間隔が3日以上あく
- うんちが出ているのに、おなかがパンパン
- かたいコロコロしたうんちがちょっとずつ出る
- うんちのときに泣く
- ものすごく息んで苦しそう
- うんちをいやがる



大人はうんちが出ていれば便秘ではないと考えがちですが、「うんちが出ていても体内に残る量が多い」「うんちのたびに痛みや苦しさが強い」なども、便秘の症状です。うんちをするときのお子さんの様子もチェックしましょう。

それ、便秘のサインかもしれません！

便秘の悪循環



便秘の治療って、どんなことをするの？

- ① まず、たまりきっている便を出します。たまりがそれほど強くなければ内服薬を使いますが、たまりが強いときには浣腸を行います。
- ② 決まった時間に食事をする、寝る、トイレで座るといった生活リズムを整えます。
- ③ 直腸がひろがってしまっている場合には薬物療法が必要になります。内服薬で毎日薬に排便できるよう調節します。内服薬では効かない、腹痛がある等の場合には浣腸や座薬が出ることもあります。

治療は1か月でよくなることもあるし、数年かかることもあります。子どもの治療に使う薬物は年単位で使っても問題のないものです。根気よく、治療を続けていきましょう。