

保健だより



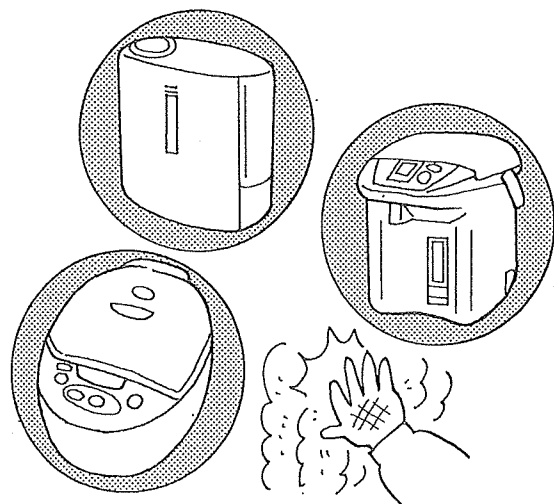
令和6年1月10日
乃木保育所
看護師 法橋 郁子

寒の入りを迎え、一層寒さが厳しくなってきました。この時期は、空気が乾燥し体調を崩しやすいので、栄養と運動、休養のバランスをうまくとりながら、今年の干支「辰」のように「たくましく元気な“のぎっ子”」を目指していきましょう。

さて、寒さが厳しくなると暖房器具を使用したり、鍋料理などの温かい料理をつくる機会が多くなり、乳幼児がやけどをする事故が増えてきます。多くは家庭内で起こっているため、大人の注意によって十分防ぐことができます。事故を防ぐために、きちんと対策をすると共に、やけどをした場合の応急手当も覚えておくと安心です。以下に、やけどをした時の対応などを載せていますので、参考にしてください。

寒い季節に増加傾向！！やけどにご注意！！

注意したい蒸気によるやけど



家庭内には、電気炊飯器や電気ポット、加湿器など蒸気がでる電化製品がいろいろあります。蒸気によるやけどは深いやけどになりやすく、注意が必要です。また、冬場はエアコンによる乾燥を防いだり、かぜを予防するために加湿器を使う家庭も多いのですが、スチーム式加湿器の蒸気によるやけども多くなっています。これらの電化製品は、子どもの手が届かない所におくようにしましょう。

低温やけどにも注意しましょう



電気カーペットや湯たんぽ、ファンヒーターなどのそれほど高温でない熱源に長時間いる（触れる）ことで起こるやけどに低温やけどがあります。低温やけどの場合は、深いやけどになることが多いので注意しましょう。また、電気カーペットの上で、寝てしまった場合など乳幼児では、低温やけど以外にも脱水症状から熱中症を起こす場合もあり、大変危険です。子どもが寝てしまった場合には、スイッチを切る、場所を移すなどしましょう。

＋やけどをしてしまったら…＋

応急手当のポイント



◆すぐに流水で痛みや熱さがなくなるまで冷やします。すぐに冷やすことでやけどの進行を防ぐことができます。目安として10～20分程度冷やしましょう。

◆衣服の上から熱湯をかぶったなどのやけどの場合は、無理に脱がせずに服の上からシャワーなどで冷やします。

◆広範囲の場合は、水を入れた浴槽につけたり、シャワーをかけます。直接シャワーや水を当てて痛がる時は、清潔なタオルなどで覆ってその上からかけましょう。

◆頭や顔などのやけどで、シャワーでは冷やにくい場合は氷のうや氷を清潔なタオルでくるみ冷やします。



- ◆水疱はつぶさない。
- ◆やけどをした所にアロエや、オイル、みそなどを塗らない。
- ◆やけどの部分を手で直接さわらない。
- ◆広範囲のやけどの時は、無理に服を脱がさない。

子どもの皮膚は、大人よりも薄いため、やけどが深くなり易く、大人なら平気な熱さでもやけどになることもあります。十分に冷やした後、症状が続くようなら早めに皮膚科や形成外科を受診しましょう。