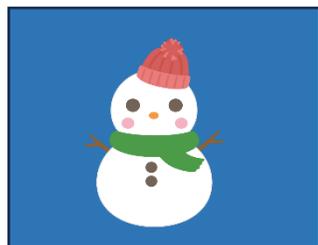


# 保健だより



令和8年1月8日  
乃木 保育所  
看護師 法橋 郁子

寒の入りを迎え、一段と寒さの厳しい時期となってきました。市内ではインフルエンザ流行警報が続いています。例年のピークは1月から2月ですので、引き続き感染対策を行うことが大切です。感染症から体を守るためにも、栄養と運動、休養のバランスをうまくとり、今年も「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の使用や鍋料理など温かい料理をつくる機会が多くなることで、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ので、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。やけどをした時の対応などを載せていますので、参考にして下さい。

## 寒い季節 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。

## 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。



### してはいけないこと

- ・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、やけどが深くなりやすく、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。