



ほかほかと暖かい日が続き、園庭からは子ども達の元気な声が聞こえています。しかし、体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっばいに過ごせるようにしましょう。



急性中耳炎・滲出性中耳炎



急性中耳炎

★原因

風邪が原因で起こる事が多く、鼻水が耳管(耳と鼻をつなぐ管)を通して耳に流れ込み、耳の奥にある中耳の部分に炎症が起きます。

★症状

耳の痛みと高熱が出る。黄色い耳だれが出る事も。機嫌が悪い、耳をよく触る。

★対応

鼻水をまめに取る。鼻をかむ時は、強くかまず片方ずつ優しくかむようにして下さい。慢性化しやすいのでしっかり治すことが大切です。

滲出性中耳炎

★原因

中耳に炎症が起こり、リンパ液が溜まった事による疾患。風邪や急性中耳炎の繰り返し、アレルギーによる鼻の炎症が原因で起こる。

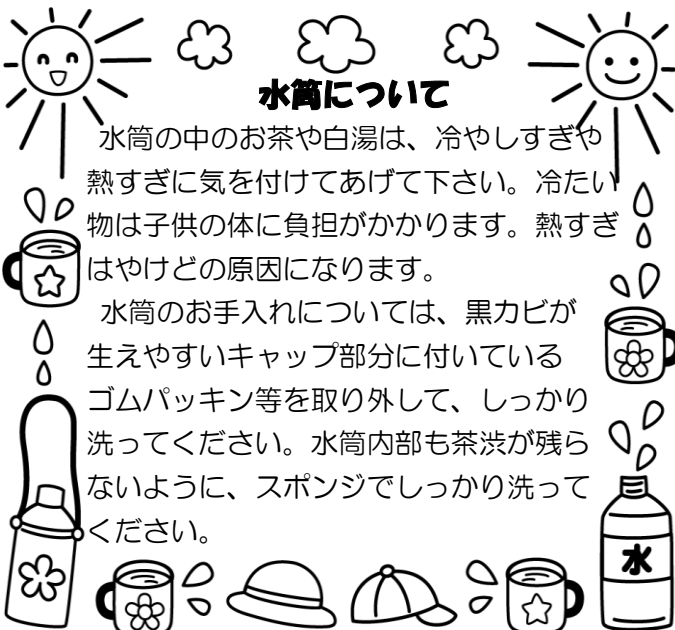
★症状

痛みや熱は無く、耳の聞こえが悪くなったり、微熱が出たりします。

★対応

溜まったリンパ液は自然に吸収される場合と鼓膜を切して抜き取る場合があります。微熱や耳の聞こえが悪そうだと感じたら耳鼻科を受診しましょう。

中耳炎は治療に時間がかかります。おかしいなと感じたら早めに受診し、7月からの楽しいプール遊び迄にしっかり治すようにしましょう。



水筒について

水筒の中のお茶や白湯は、冷やしすぎや熱すぎに気を付けてあげて下さい。冷たい物は子供の体に負担がかかります。熱すぎはやけどの原因になります。

水筒のお手入れについては、黒カビが生えやすいキャップ部分に付いているゴムパッキン等を取り外して、しっかり洗って下さい。水筒内部も茶渋が残らないように、スポンジでしっかり洗って下さい。

つめを切って清潔に



つめが伸びていると、つめと指の間に細菌が繁殖しやすくなります。

また、乳幼児のやわらかい肌を傷つける危険性もありますので、つめは、こまめに切るようにしましょう。ただし、深爪には要注意！切りすぎて肌を傷つけ、化膿してしまうこともあります。

手の爪は、指の形に添って爪先の白い部分が少し残る程度に切る。足の爪は、水平に白い部分は 1ミリ程度残すように切るのが良いとされています。