



病児保育だより

病児保育室 やまさきこどもクリニック
デディーズ YAMASAKI Kodomo Clinic

2022年 8月



今年は梅雨も短く6月末から30℃を越える日々が続く暑い夏になりました。まだまだマスク生活も続き気が抜けません。とくに乳幼児は、体の水分の割合が多いのですぐに「熱中症」、「脱水」をおこしてしまいます。「熱中症」で体調を崩し病気にかかりやすくなってしまったり、また病気になって熱・下痢嘔吐で「脱水」をおこしてしまったりします。「熱中症」、「脱水症」について今一度おさらいしておきましょう。覚えておきたい予防・対策のポイントを紹介します。

「熱中症」ってなに？

簡単に言うと、暑熱環境のせいで体調不良を起こすこと！

【疑う症状】

顔が赤い・蒼白
呼吸が荒い
身体が熱いが汗が出ない
大汗
めまい・嘔気・頭痛
ふらつく、倒れる、
立ち上がれない



いろいろあるよ、 (>_<)

こどもはなりやすいの!?

はい、なりやすいんです(>_<)

・温度変化を受けやすい

体が小さい、
熱い地面に近い、



同じ火だと小さいヤカンはすぐ熱くなります

・体温調節できない

脱ぎ着・水分摂取を自分で出来ない

・まだお話しできないと気づけないかも

「熱中症」？「脱水」？ かなあ

不活発・不機嫌・興奮・
評価は難しいことも



コロナ感染症以外でも胃腸炎、夏風邪(手足口病・ヘルパンギーナ)などなどの病気で乳幼児は短時間で「脱水」を起こしてしまいます。暑い夏はなおさらです。繰り返す嘔吐下痢や長引く経口摂取不良がある場合、おしっこの量が減っているのは「脱水」を起こしているサインかもしれません！

かかりつけの受診、迷ったら電話相談をしましょう。

まずは予防！ポイントは

- ・暑さを避ける炎天下では遊ばない時間帯を考えよう。
- ・帽子をかぶる・お出かけも短くベビーカーでも危険です！！
- ・吸湿性・吸水性に優れた衣服
- ・こどもを一人きりにしない・お部屋でもクーラーをつけていても危険です！！
- ・こまめな水分摂取
少量でもこまめに行いましょう！！
経口補水液・イオン飲料水・麦茶などなど

熱中症を疑うそのときは！重症化を防ぐために！！

- ①涼しい場所へ移動する +涼しい格好に
- ②からだを冷やす 冷やしタオル・布に包んだ保冷剤を脇や首の後ろ
- ③少しずつ水分を摂る 経口補水液(ベスト)・イオン飲料水・麦茶

【注意】ぐったりして意識がない

⇒ 急いで病院へ電話もしくは受診(～救急車も)!!

【7月に当院病児保育をご利用された方の病気】

- 「気管支炎」 「胃腸炎(嘔吐下痢)」
- 「突発性発疹症」 「気管支喘息」

やまさきこどもクリニック 病児保育室 Teddy's

TEL: 0956-37-8813