

夏に気をつけたい

子どもの病気・事故



①ヘルパンギーナ

こんな病気

代表的な夏かぜの一つ。ウィルスの感染で起こり、かかるのはほとんどが5歳以下の乳幼児です。

症状

- ・発熱・・・39度ぐらいの高熱が突然出ます。
- ・口の中の水疱・・・のどの奥の根元付近に水疱(水をもったブツブツ)ができます。



治療&ケア

基本的にとくに治療しなくても自然に治ります。

ただ、のどの痛みで不機嫌になったり食欲が落ちますので、食事や水分補給に気をつけましょう。

- ・ 具のない茶碗蒸し、ポタージュスープなど、のどごしが良く、やわらかい物を与えましょう。冷蔵庫で冷やしたほうが食べやすくなります。
- ・ 脱水予防に、乳幼児用イオン飲料など、飲めるものを少量ずつこまめに飲ませましょう。

痛みのためにどうしても食事や水分がとれず、元気がない時は受診しましょう

②手足口病

こんな病気

ウィルスの感染で起こり、手足や口の中で発疹ができます。高い熱はほとんどでません。

症状

手や足に水疱または赤みをもったブツブツができますが、皮膚にできた発疹は痛みません。舌や歯肉、唇や口の中に水疱ができ、水疱が破れると痛みを伴います。

治療&ケア

とくに治療しなくても 1 週間ほどで発疹は自然になくなります。口の中の水疱が治るまでは、刺激の少ない食事や水分補給に心がけましょう。

③熱中症

こんな病気

子どもはもともと体温調節機能が未熟なので、室温が高い、衣服が多いといった、ちょっとしたことで体温は上がります。からだに熱がこもり、体温が上昇し脱水症状に陥ってしまった状態で、代表的なものに「日射病」「熱射病」などがあります。

症状(子どもの様子から熱中症を判断する)

- ・顔色が悪い・不機嫌・喉が渴いている・ぐったりしている・発汗が多い・おしっこの量が少ない(色が濃くなっている)など

日常生活で予防しよう!

- ・炎天下の外出はなるべく避けましょう。
- ・外に出るときは通気性、吸水性の良い服装で、帽子や日傘も活用しましょう
- ・家では、すだれやカーテンで直射日光を避けて、風通しをよくしましょう
- ・喉が渴いたと感じた時には、既にかかなりの水分が不足しています。外出時は、水分を持ち歩いてこまめに補給しましょう
- ・おでこやわきの下が熱くなっていないか、顔が赤くたくさん汗をかいていないかなどお子さんの様子をよく観察しましょう



注意 炎天下に車を駐車していると、車内は50度以上となります。短時間でも車内に子どもだけ置いて車から離れないようにしましょう

④水の事故

夏は水のある場所で過ごすことが多くなるため、プールや川、海など水の事故のニュースをよく耳にします。子どもは、体に比べて頭が大きく、力も弱いので、バケツなどに頭から落ちこむと自分ではなかなか起き上がれません。10cmくらいでも、鼻と口をおおうだけの水があれば、溺れる可能性があるのです。水遊び中は必ず大人が付き添い、目を離さないようにしましょう。

危険 ・ビニールプール・庭の池・水の入っているバケツや浴槽・側溝・下水道・用水路など

大人の意識や気配りで、子どもの事故は防げます!

好奇心と行動力のかたまりである子ども達は、危険な場所ほど興味をひかれるもの。しかし、危険かどうかの判断ができません。

「こうしたら、こうなるかもしれない!」という危険予測を高め、子どもの発育に先回りをして、家の中・周辺の環境整備をしておきましょう。

