

すこやか通信

東雁来すこやかこどもデイサービスセンターより毎月情報を発信します！



雪が解け、道端にポツポツと顔を出し始めた白や黄色のクロッカスの花を見ると、「いよいよ春が来た！」と感じますね。新学期が始まり1ヶ月。新しい環境に慣れて落ち着いた頃でしょうか？

子供達のこころの中を覗いてみますと、まだ期待でワクワク気分だったり、頑張らなきゃ！というプレッシャーでいっぱいだったり。思っていたのと違う・・・という不安な気持ちで押しつぶされそうになっていたり様々です。ご家庭では少しの時間でも子供の声に耳を傾け、話を聞いてあげることが何よりの特効薬。小さなお子様だとももちろんスキンシップも大事です。疲れも出てきて体調を崩しやすい時期ですので、体調管理にも気をつけてあげたいですね。

4月のご利用状況

急性上気道炎での利用が多く、検査をしても何も出ず熱がだらだらと続く為、利用期間も伸びていました。また1歳代のお子様は「中耳炎」も併発していました。

咳がなかなか治らない・息苦しくて眠れない・・・そんな時は…

「後鼻漏(こうびろう)」が原因かもしれません。

鼻水は鼻の穴から前の方に流れてきます。しかし大量に鼻水が分泌された場合、鼻の後ろ側から喉にながれてしまうことがあります。

そうすると…痰のように喉にひっかかり咳をして口から吐き出すか、飲み込んでしまうしかなく、喉の不快感や息苦しさを感ずります。特に気管が細い乳幼児は空気の通り道を塞がれるような状態になってしまい、呼吸しづらくなることもあります。

症状

- 痰のからむ咳が出る(ゲホゲホ・ゴホゴホ)
- 呼吸と共に胸からゼロゼロという音がする。
- 寝入りばなの咳がひどい
- 仰向けに眠ると咳き込む
- 食事中咳き込んで嘔吐することが続く
- 常に口呼吸している
- 目やにがとて多くなっている
- 機嫌が悪くグズグズが続く



これらの症状が2つ以上当てはまる時は後鼻漏の可能性あります。

それを長引かせたり繰り返したりすると、副鼻腔炎を引き起こし、症状はさらに悪化します。副鼻腔炎を併発した場合、粘り気のあるベタベタした鼻水が鼻の奥の方にたまってしまいます。

ケア

- 5歳くらいであれば自分で鼻をかめるようにする。(片方ずつ優しく)
- 睡眠前に鼻吸引器で丁寧に鼻水をとる
- 睡眠時は上半身を高くするか、横向きに寝かす
- 部屋に温度(22~25℃)湿度(50~70%)に保つ

ここからさらに症状が進んだり、放っておくと中耳炎を併発してしまいます。(鼻から菌が入って耳で炎症を起こしてしまうのです)

症状がひどくならないようにケアをしてあげること。気になる症状が出た場合は受診をしましょう。(鼻症状がひどい場合は耳鼻科へ)

ふーん!!



ある日の保育室

食事 ~テイの食事をご紹介します~

いつでも温かい食事が提供されていて、アレルギーや離乳食にも対応しています。

また病気によって食欲がなかったり、喉が痛くて飲み込みにくいなどがあれば、朝の受け入れの際に保護者の方と相談して、量を減らしたり、ご飯を麺に変更するなどしています。



(札幌市病後児保育事業)東雁来すこやかこどもデイサービスのご利用は下記までお問い合わせください!

☎ 011-790-2030 (電話での対応は平日午前8時~17時 土曜午後12時までとなっております) <http://www.houseikai.or.jp/sukoyaka/sukoyakakodomo.html>