

暑さが本格的になり、汗をたくさんかく季節となりました。子どものところに汗をかく機会が少ないと、汗を分泌する汗腺が働きにくくなります。汗をかいたあとは、洗って汗を洗い流し、肌トラブルを起こさないようにしましょう。また、水分補給もしっかり行い、熱中症対策をしましょう。



夏の肌トラブル



とびひ



【原因】 虫刺され、すり傷、あせも、湿疹などを引っ掻いたところに、黄色ブドウ球菌、連鎖球菌などが傷口につくことで感染を起こし、とびひになります。黄色ブドウ球菌は鼻の周りに多く滞在しています。鼻の周りをいじった手であせもや、虫刺されなどを引っ掻くと、菌が傷口につき、とびひになる機会が増えます。乾燥肌のお子様は、皮膚に傷がつきやすいので、とびひになりやすいです。

【症状】 強いかゆみ、水疱が破れてジュクジュクしている、厚いかさぶたがある、同じようなものが多発しているなどです。早ければ2日から3日程度で治りますが、長引くときは、1か月くらいかかることもあります。

【登園基準】 ガーゼで患部を覆い、登園できます。プールは治るまで入れません。

あせも



【原因】 汗の通り道である汗腺が詰まり、汗が汗腺にたまるのが原因です。汚れや埃、汗に含まれる分泌物が汗腺を塞いでしまうこともあります。

【症状】 1~3mm程度の白っぽい発疹、赤いぼつぼつとした発疹です。かゆみや、チクチクする痛みが伴うことがあります。かゆみや炎症が強い時は、ヒスタミン剤やステロイド剤を使用することがあります。

【登園基準】 登園停止はありません。

水いぼ



【原因】 伝染性軟属腫ウイルスによって起こる感染症です。掻いて潰してしまうと、ウイルスが広がってしまいます。皮膚と皮膚の接触（タオルの共有、脱いだ衣服同士の接触など）で移りますが、プールの水を介して移ることはありません。

【症状】 1~5mm程度の大きさのいぼができます。白を呈し水っぽい光沢のいぼになることから「水いぼ」と呼ばれます。積極的に治療しなくても、自然治癒しますが、長くかかる場合があります。また外科的に切除する方法もあります。

【登園基準】 登園停止はありません。

日焼け止めについて

日差しが強くなり、お子様の日焼け対策も気になるころですね。園では日焼け止めを塗ることはできませんが、ご家庭から塗ってきていただくことは可能です。ご不明点がございましたらご相談ください。



汗ケア・スキンケアですこやかな肌をたもちましょう

汗には体温を調節する大切な役割がありますので、汗をかくことはとても大切です。汗をかく機会が少ないと、汗を分泌する汗腺が働かなくなってしまいます。汗をかいた後は、そのままにしておくと、皮膚のトラブルを起こしやすくなりますので、スキンケアをしっかり行い、健やかな肌を保てるようにしましょう。

① お風呂でよく洗いましょう

汗に含まれる塩分が肌の刺激になります。さっぱり洗い流してあげましょう。

② 夏でも忘れず保湿しましょう

肌のバリアの機能は3歳ころには、だいぶ強くなりますが、子どもの皮膚は、大人より薄く、敏感です。夏も保湿をしっかりしましょう。

③ 寝汗もなるべく取ってあげましょう

④ つめは短くきりましょう

虫刺されなど、かきむしって皮膚を傷つけると、細菌が皮膚に感染し、とびひの原因になります。つめは短く切って角は丸くしてあげましょう。細目につめのチェックをしてあげましょう。