



メディキッズ新山口

病児保育所だより

2023.2.1 No.11

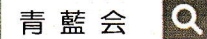


病児室に関するお問い合わせ
メディキッズ新山口（ハートクリニック新山口内）

〒754-0020
山口市小郡平成町 1-18
TEL 083-976-2450
FAX 083-976-8555



HPはこちらから



冬の寒い時期は、インフルエンザや嘔吐・下痢症など、要注意の感染症がいっぱいです。
手洗い・うがいを心がけ、寒い冬を健康に乗り切りましょう。

☆ 感染性胃腸炎のときは…☆

ノロウイルス・ロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心掛けましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれています。窓を開け換気を行い、使い捨ての手袋・マスク・エプロンなどを使用し、直接触れないように十分注意しましょう。

食事に気を付けよう！

食事は油もの、乳製品、消化に時間のかかるものは避けましょう。
野菜スープやみそ汁など温かいものを薄味にして出すのも Good です！
りんご、にんじんは整腸作用があるので、食べやすく調理するのもお勧めです。

お肌の状態にもご注意を！

ウイルスをたくさん含んだ排泄物により、おしりがかぶれてしまうこともあります。こまめにオムツを替えるのが 1 番の予防です。
便の場合は、ぬるま湯で洗い流し、乾燥させてからおむつをあてるようにしましょう。

☆花粉症が近づいてきました☆



まだまだ寒い日は続きますが、花粉症をお持ちの方にはツライ時期に入ります。花粉症のストレスを減らすため、早めに対策をして快適に過ごしましょう！

★衣類用の粘着テープを玄関に置いておき、服についた花粉を取り除きます。洋服をはたくと花粉が碎けて舞い散ってしまうため NG です。

★フリースやニットは花粉が付きやすい素材。花粉の多い時期に外出する時は、花粉の付きにくいナイロン素材の上着を着るとよいでしょう。

《1月の主な疾患》

- ・風 邪・・・・・・・・・・8 件
- ・インフルエンザ A 型・18 件
- ・ノロウイルス感染症・・・・6 件
- ・感染性胃腸炎・・・・・・・・2 件
- 他

