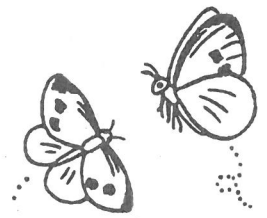




ほけんだより

令和7年4月24日 開南幼稚園 NO.1



木々の緑が美しく、吹く風も爽やかな季節ですが、気温差もあり体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活を心がけ、元気に過ごしましょう。

不定期ではありますが、【ほけんだより】を発行していきますので、是非お読みください。

第一回目は、怪我についてです。子どもには怪我が付き物ですが、よく起きる軽いけがの応急処置を知っておきましょう。

《切り傷・擦り傷》

どんな原因で怪我をしたのか確認しましょう。

不潔なもので傷ついたときは、化膿したり破傷風になったりすることもあります。

処置 ○切り傷…刺さっているものを抜いて、殺菌を含む血を押し出し、流水で洗う。

○擦り傷…傷口についている石など取り除き、患部を流水でよく洗う。

血が出ている時は、ばんそうこうやガーゼで保護する。



《鼻血》

顔を上向きにすると、鼻血がのどに流れて腹痛や嘔吐を誘発することがあるので避けましょう。

処置 ○座らせた姿勢で、顔は正面か、ややうつむけ加減にする。

○眉間に保冷材や冷やしたタオルなどをあてるのも効果的。

○血が出ている方の小鼻を指で押さえて圧迫する。

○血が止まったら鼻栓をし、しばらく安静に過ごす。(30分くらいで鼻栓は外す)



《異物を鼻に詰めた》

詰めた物が鼻の奥の方にあって取り除けない時は、決して無理をせず、耳鼻科を受診しましょう。

処置 ○異物が鼻の入り口にある時はピンセットで取る。

○こよりで鼻を刺激してくしゃみをさせる。

○鼻がかめる子は異物のない方の小鼻を押さえて、鼻から強く息を吐かせる。



《体をぶつけたとき》

頭や胸、頭部を強く打ち付けた時は、表面は怪我がなくても内部の血管や臓器が傷ついていることがあるため、注意して様子を観察しましょう。

処置 ○こぶが出来ている時は、患部に保冷剤や冷たいタオルを当てて冷やす。

○出血している時は、ガーゼで圧迫して止血する。

○室内で安静に過ごさせ、様子を観察する。

○あざや腫れ、触ると痛がる所がないか確認する。

☆意識がない・ぐったりしている…静かに仰向きに寝せ、顔を横に向けて救急車を待つ。

腹痛がひどい・黒い便がでた…静かに寝させ、毛布やバスタオルで体を包み、救急車を待つ。



***** 学校薬剤師 鈴木明美先生より *****

怪我をした時には冷やして安静にすることが大切です。お子さんをよく観察し、以下の状態であれば速やかに病院を受診してください。

◇子どもの反応が鈍く、意識がもうろうとしている

◇呼吸がおかしい

◇傷口が大きく出血が止まらない

◇骨が変形し、腫れや痛みが強い

頭部、顔面、首などの怪我は状況に応じて救急車をよんで下さい。

※学校薬剤師として、かめだ調剤薬局の鈴木明美先生に幼稚園の状況等をご指導いただいています。

お薬に関するご質問や疑問などがございましたらお気軽にご相談ください。

