



# たんぽぽ



第2号 平成30年9月

社会福祉法人岩手愛児会  
たんぽぽ病児保育所  
〒020-0102  
盛岡市上田字松屋敷11-14  
Tel 019-662-5619  
携帯 070-1736-3793  
E-mail [tanpopo@aiji.or.jp](mailto:tanpopo@aiji.or.jp)

夏休み、お盆のお休みも終わり、残暑の中、おかわりございませんか。これから本格的な秋がやってきます。運動会シーズンを迎え、お子さまの成長を感じる楽しみ行事の一つですね。爽やかな秋を満喫されますことをお祈り申し上げます。

## 発疹の病気について

ポツポツ何だろう、困ったな、どうしよう？うつるのかな？登園無理かな？まず、小児科の受診をしましょう。登園登校については医師と相談になります。病児保育についても医師と相談をしましょう。

お子さまの肌に現れたポツポツ(発疹)は、表面の形・大きさ・場所・時期などによって判断されます。ここではうつる発疹の病気について紹介しましょう。

### 1. 小さい水ぶくれ(水疱)

全身(赤い発疹が顔や頭やおしり等にも出る)に現れ痒みがあり、やがてかさぶたが出来る水疱瘡(水痘)、手や足と口に水疱が出来る手足口病があります。また、水ぶくれが破れジクジクした膿や液がでて、かさぶたが出来るとびひ(伝染性膿痂疹)があります。



水疱瘡



手足口病

### 2. 小さい赤いポツポツ(丘疹)

小さな点状で密集した溶連菌感染症(舌にもポツポツ)、それより大きくて赤いポツポツには、麻疹(三日ばしか)があり、小さいものがつながって大きくなるポツポツは、麻疹(はしか)があります。



とびひ



麻疹(2~3日目)

### 3. 大きい赤いポツポツ(斑状疹)

頬にあればリンゴ病(伝染性紅斑)です。



麻疹(4~5日目)



溶連菌感染症



リンゴ病(頬)

受診の目安 としては、発疹が出たら、一度は必ず受診してお医者さんに診断してもらうことが必要です。(受診の際は、受付で発疹が出ていることを伝えてください)

こんな時はすぐ病院へ(夜間・休日なら救急当番医へ)

・ぐったりして全身状態が悪い、飲めない、食べられない。オシッコが出ない。

受診時間内にかかりつけ病院へ(夜間・休日なら翌朝まで様子を見る)

- ・発疹以外に熱がある。
- ・発疹のかゆみ、痛みがある時。
- ・発疹以外の症状が伴う時。



## 【とびひ】の原因を知って 予防&早期治療を

幼児期に多い感染する皮膚炎です。かゆみが伴い掻きむしってしまうことで症状が全身に広がります。

かかりやすい時期・・・高温多湿の6月頃～9月頃

あせも、汗、虫刺されの傷口から感染

保育園・幼稚園で流行する理由・・・肌の露出、密接に接触、水遊び

全身に広がる原因・・・かゆみが我慢できないので掻きむしってしまい細菌が全身に広がる。虫刺されと違っていたら「とびひ」だった！ということも。鼻をほじったり、まぶたをこすったり、頭を掻いたりして、顔や頭にも「とびひ」が始まります。

治し方・・・「とびひ」かと気が付いたら出来るだけ早く小児科に連れて行きましょう。早期に症状を抑えることが治療のポイントです。似ている病気もあるため自己判断による対処は悪化を招く危険性もあります。処方薬(抗菌薬の内服や塗り薬)の治療について 医師の指示に従いましょう。

「とびひ」の予防・・・汗を洗い流す。手を洗う。痒い部分を掻かない。タオルや衣類を別にする。爪を短くする。虫刺されを防止する(虫除けスプレー使用など)。

<「かさぶた」の菌に注意し、治療は根気よく続けること>

治療から7～10日ほどで症状が良くなりますが「だいぶ良くなったから」と薬をやめないで、治療終了の最終的な判断は医師に確認しましょう。ぶり返して1～2ヶ月もかかることもありますので長引かないように気を付けましょう。

< ケアのポイント >

1. せっけんを泡立てネットなどでキメの細かい泡を作り、患部を優しく洗いましょう。
2. めるめのシャワーでしっかり洗い流しましょう。(熱いと痒くなりますので気を付けて)
3. 薬はたっぷり厚めに塗る。
4. 患部をガーゼで保護する。

お子様と一緒に「お薬を塗ればよくなるよ。もうすぐ治るよ」と根気よく治療を続けて不安を取り除いてあげましょう。おまじないの言葉を添えてみるのも癒やしになります。「痛い痛い飛んでゆけ！」とお薬を塗りながら治れ～治れ！お母さんのおまじないの言葉は思い出となってお子様の心に残るでしょう。

## 旬・季節の食べ物が健康にしてくれる

春には「苦味を食べよ」と山菜などを食べて春の陽気からくるのぼせを防ぐ。夏には暑気を払うためにキュウリやナス、スイカやメロンなどの水分の多い野菜果物がカラダの熱を取ってくれます。秋には冬支度に備えて脂肪の多い落花生や栗など木の実や魚(イワシ、サバ)が盛りとなり、冬にはカラダを温める根野菜が多くなります。私たちのカラダは自然の恵みに沿った四季のサイクルで生理的にバランスをとっています。旬を食べることが免疫力アップ、丈夫なカラダ作りに繋がっています。

