

たんぽぽ



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
LINE予約できます



第3号 令和2年12月



もうすぐ楽しいクリスマス、忘年会やお正月のパーティー・食事会のシーズンですね。宅飲みもありですね。子ども同伴の食事会で起こりがちな子どもの誤飲に注目してみました。赤ちゃん・子どもがお酒を誤飲！まさか！のお話です。

子どもの観察力は素晴らしいです。大人の楽しい美味しい様子は魅力的です。お酒を飲んで笑って陽気な大人のまねをしてみたくくなります。ちょっとイレとか、席を立てて離れた際に、子どもの「飲んでみたい」気持ちが行動に出ます。手の届く所にグラスコップ缶があれば口にして飲みたくなります。ちょっとのお酒が小さな子どもは体が未発達のためにアルコールを分解する機能が不十分なのでアルコール中毒になります。お酒の席に子どもが居るときは注意してください。外食でお酒を飲むときも要注意です。店で頼んだジュースにアルコールが入っていたという事例もあります。子どもの飲み物ソフトドリンクかチェックしてくださいね。

たとえば、日本酒は無色透明なので、「水」と間違えて飲んだり飲ませてしまうことが起きています。酎ハイやサワーはジュースと間違えて、ワインやサングリアもジュースと間違えて飲んでしまう事例があります。スーパーで缶ジュースだと思って買ったが子どもが飲んで酔っ払ってしまい、飲んでいたジュースの缶を見たら「お酒」の標記があった！という事例もあります。子どもが突によくジュースと勘違いしそうな、お酒の陳列の場所で大人が選んでいる際に子ども目線で子どもも選んでいます。ジュースだと手に持ってきたら確認してあげてください。実は、オロナミンC(1瓶に0.9グラムのアルコール入り)にもビール25ml分のアルコールが入っています。チョコレートケーキなど洋酒が入ったチョコレートや生ケーキも気を付けてください。

<主な症状>

興奮、嘔吐、動悸、ふらつき、顔や全身の赤み、呼吸がおかしい、機嫌が悪く泣く、呼びかけに反応せずボーとしている

<特徴>

吐く息がアルコール臭→無ければ大量に飲んでいない。水分や牛乳を飲ませてみて嘔吐がなく、元気に遊ぶ様子があれば経過観察を。アレルギー症状や心配な状況にあれば救急へ電話で相談し指示をもらいましょう。

<治療>

呼びかけに反応せず意識の消失がある場合→直ぐに病院へ。呼吸停止になる恐れがあります

さて、大人がお酒を飲んでる気分を楽しめるノンアルコール飲料ですが子どもに飲ませている方もおられるようです。ノンアルコールなら飲んで良いか？子どものための飲み物ではなくアルコールに似た味付けとなっている大人の飲み物です。人工甘味料もたくさん使っており体に良い飲み物ではないのです。

子どもには特別なカクテル風アレンジドリンクを作って楽しんではいかがでしょうか。

パインやオレンジを凍らせて、牛乳やヨーグルトとミキサーに入れてスムージーにすとか、今は冷凍果物が売っておりますので手軽にスムージーが作りやす季節を問わずお好みの果物で楽しめます。かき氷シロップを使ってジュースと二層のグラスドリンクにして視覚で楽しむ事も出来ますよ。お酒が飲めないママさんにも気分を楽しんで飲めるアレンジドリンクはいかがでしょうか。

♡楽しみながら笑顔いっぱい年末年始をお迎えください♡



風邪のRSウイルス感染についてです。小さなお子さんに変声息苦しい辛い症状がでる風邪は要注意、病名は聞いたことがあるけどよくわからないという方もおられるでしょう。

1. 風邪症状を引き起こす誰でも感染するウイルスです。
(ちなみに風邪の80~90%はウイルスによる感染が原因です)
2. 小さなお子さんは重症化の可能性がある。
(2歳以上では「真風邪」程度のこともあり、軽い症状で済むお子さんもおります。ただし、1歳未満の赤ちゃんは重症化することがありますので注意が必要です。)
3. RSウイルスはどこにでもいる風邪のウイルスで、大人でも何回も感染します。

重症化のサインは、

- ・息を吐くときに「ヒューヒュー」「ゼーゼー」と音がする。喘鳴(ぜんめい)といいます。
- ・顔色や唇の色が悪い。
- ・胸がへこへこどへこむ(陥没呼吸といいます)
- ・呼吸が早く苦しそう。(促迫呼吸といいます)

※重症化のサインがある場合は、酸素低下により意識が消失したり命の危険の恐れがあります。慌てずに医療機関を受診しましょう。

保育園幼稚園、学校などの集団の場での咳くしゃみの飛沫・鼻水やよだれの接触感染も発症原因に、小さく産まれた、早産、肺や心臓に病気があるお子さんを保育中の方は注意が必要です。換気と加湿をしましょう。乾燥してウイルスを浮遊させない湿度60%は保ちましょう(室温20度以上)もちろんアルコール消毒と手洗い、マスク、うがいは忘れずに。

<解熱剤・熱さましの使い方>

高熱が出たからと慌てず様子を観察チェックしましょう

1. 元気がない
2. 食べられない (食べて遊ぶ気力があれば解熱剤を)
3. 水分も摂れない (使わず様子をみましょう。)
4. 機嫌悪くぐずり眠れない

※1~4の状態にあるとき、一時的に楽にしてあげて「食べて、飲んで、寝る」が出来ることで回復を助けるために解熱剤を使いましょう。楽になった時が食事のあげ時です。小まめに水分の摂取と分食で体力を回復しましょう。

食べ物でカラダは出来ているのですから栄養は重要です。

※次に解熱剤を使うまで6時間以上は間隔をあけてください。

(痙攣止めを使っている場合は、お医者さんの指示に従ってください。)

<予防対策に知恵をひとつ>手洗い、うがい、マスクは皆さんしっかりと、

自分でできるウイルス対策に板藍根あめ、板藍根茶という食品があります。あめ(レモン紅茶のような味)茶(とうもろこしののような味)おいしいです。板藍根は健康食品として漢方薬局やネットで販売されています。3ヶ月の赤ちゃんの過冷ましにも、授乳中のママや妊娠安定期のママやお年寄りにも安心して飲めるお茶です。板藍根茶うがいは、妊娠初期の方も風邪かな？喉に違和感を感じたらお薬飲めない状況でも効果があるそう。

さて効果ですが、驚きの 1. ウイルスをやっつける効果、2. 細菌をやっつける効果、3. 炎症を抑え、熱をさます効果、4. 免疫力をアップする効果、5. 肝機能の保護作用、と風邪の引き始めやインフルエンザ予防に良いですね。(6. 子宮収縮作用が若干あるとのこと妊婦さんは安定している方に限ります)おたふく、咽頭扁桃炎、胃腸炎、ヘルペスにも軽く済む効果が期待されます。

