



たんぽぽ



第3号 令和 4年12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
F-mail tanpopo@aiji.or.jp
<ライン予約できます>



△ クリスマスの準備が楽しみです！ 「ブラックサンタが来るよ！」とイヤイヤ期の子どもに言うと、良い子でいようと張り切る姿が可愛い！ サンタさんのプレゼントを楽しみにしている最高にHappyな時を楽しんでくださいね♪

今回は「けいれん」について

救急車を呼ぶ率で多いのが「けいれん」です。
(おおくは、1~3歳が多い。家族歴で両親や兄弟が「けいれん」を起こしたことがあれば、起こす可能性はあると念頭に置いてください。)

発熱して急激に高熱になるときの起こりやすいです。24時間以内が多い。0歳時は、発熱後36時間経過で起こることもあります。寒気で青白い顔をして、小刻みに手が震えたり前兆があります。震えてきたら体を冷やさず温めて、辛そうなら解熱剤を使用しましょう。高熱が来る直前は、四肢(手と足)が異常に冷たくなります。体を毛布などでくるんで温めましょう。

救急車を呼んでいいの？
呼んで、診察が必要です！

いのちの危険があるかもしれない。
子どもを守るために救急車があるのです。
けいれんが止まっても油断しないで！

たとえば、登園し、屋から熱が出て、家族に連絡して迎えをまっている。その間に「けいれん」が起こることもあります。

<もしもの観察ポイント>

- ・けいれん何分？ 始まり時計みて
- ・左右対称？
- ・顔色は真っ青？
- ・眼がどっち向き？
- ・右側臥位にする→吐くかも

- ・持続時間→けいれんが5分以上持続している場合は救急車を呼ぶ(救急受診を行う) けいれんが止まっても病気が何か診察観察が必要です。
- ・瞳孔の開き方→瞳が拡大し散瞳4mm以上は、けいれん持続していると判断する。痙攣止めダイアブ座薬を挿肛している状態では縮瞳2mmくらい(薬の効果)
- ・熱性けいれんは、発熱24時間以内に起こることが多く、発熱2日目以降のけいれんは脳炎など中枢神経感染症などの疑いができます。
- ・髄膜炎の場合は、頭部や頸部を動かすと嫌がる。うなずく事が辛くて困難になります。
- ・乳児の場合、髄膜炎の症状として大泉門が膨隆することがある(日頃から触れておく)
※家族がけいれんを起こしたことが有れば、けいれんを起こすことが有ります。0~3歳の高熱時は要観察を。

いったん下熱し回復傾向であっても油断しないで、特に3~5歳の元気が良いからと登園して暴れたり不必要に体力を消耗してしまい髄膜炎になる男の子が入院することが割と多いそうです。登園すると病み上がりでも張り切って遊んでしまうので、下熱しても1日は安静が必要です。特に言うことを聞かない暴れん坊君は注意が必要です。

その安静必要時は、どうぞ病児保育の利用がオススメです。どうか無理をさせずにお大事にしてください。



体調が悪い時は消化の良い優しい食事をしましょう。体が喜ぶよ！

【お腹に優しいメニュー】

お粥、でんぷんかき、うどん
野菜スープ、みそ汁、茶碗蒸し
すりリンゴ、バナナ、桃缶
にゅうめん、そうめん
ゼリー、プリン etc.

※疲労時の回復を助けてくれます

油脂質の食べ物は控えて！ 回復するまで待ちましょう！

離乳食や胃腸が弱い時や妊婦さんのつわり時におススメ！

「でんぷんかき」の作り方

片栗粉(小さじ2)
砂糖(大さじ1)
水(大さじ1)をマグカップに入れ
ダマにならないようにかき混ぜ
熱湯を100ml注ぎ混ぜて
完成！ブドウ糖の炭水化物で
素早いエネルギー補給です。

胃腸炎や発熱の脱水に気を付けて！脳内まで脱水になるよ

これらは脱水始まっています

- △ 全然食べてない。→水分を小まめに与えましょう。
- △ 尿がでていない。→尿が出るまで水分を与えましょう。
- △ 顔がしなびて、唇が乾いている。→脱水症状です。水分を与えましょう。

やがて、脳内の脱水になると...

幻覚が起きたり、動けない、眠ったまま → 一刻も早く受診しましょう！
いのちが危ない状態です。

水分は小まめに飲みましょう！
脱水にならないように。
・白湯、麦茶、イオン水など
・とろとろゼリーなど
・でんぷんかきOK!

お知らせ たんぽぽ病児保育所の年末年始のお休みは
12月29日(金) ~ 1月4日(水) までです。
(隣接クリニックのお休みに伴い)

たくさん笑って健康になろう。笑うと体がポカポカしますね。微笑んだり作り笑いでもナチュラルキラー細胞は増加し体を守ってくれますよ。楽しい冬休みになりますように

