

子どもの便秘⑤ ～便秘の維持療法について～

いい排便状態を維持するため次の4つを組み合わせて行います。

- ①便秘症について正しい理解をすること ②食事療法
- ③生活習慣の見直し ④薬物療法

【食事療法】

食物繊維は食物残渣を増やすため便秘に有効ですが、子どもは食物繊維を含む食品を嫌がるが多いため、**楽しく、おいしく、たくさん食べることを優先しましょう。**主食で食物繊維をとるならシリアルがお勧めです。副食としては野菜、イモ類、果物、海藻などに多く含まれますが、生で食べるより煮たり焼いたりしたほうが多く取れるので調理法を工夫してください。

【生活習慣の見直し】

腸の働きは自律神経が調整しています。そのため毎日の生活リズムを整えることが大切です。規則正しい生活をして、バランスのとれた食事を決まった時間にとるようにしてください。外遊びなどで体を動かすことも大切です。

【薬物療法】

治療薬には、①腸内の水分を保って便を柔らかくするもの ②腸の働きを活発にして排便を促すものがあります。子どもの場合は、①のタイプのお薬から始めます。慢性便秘症では最低でも6か月以上の服薬が必要になります。まずはかかりつけ医を受診して適切な治療方針をたててもらいましょう。

バランスがとれた食事



8月の感染症情報

8月になり、手足口病に代わりRSV感染症が流行しています。RSV感染症の主な感染経路は接触感染によるものです。そのため①患者さんのタオルやおもちゃ等の物品の共用は避ける。②担当保育士は専任とし、標準予防策を心掛ける。③0歳児がかかると重症となるため0歳児のクラスと1歳以上のクラスの子どもの交流を避ける。などの対策をとりましょう。

シリーズ キッズケア・青い鳥がめざす保育 ⑤

～ 発達を学び、発達の一步前の活動を知ること、発達を促す保育を！～

生後10か月ごろ

～「指差し」はコミュニケーションのはじまり～

物や、人との関係が分かり、意味のある活動が増えてきます。また、「指差し」はことばの根っこになってきます。

この頃の「指差し」には、見つけた感動と「指で差すものを見てほしい」という気持ちが込められています。それを見つけれられた喜びに共感して「〇〇あったね」と、返事をする事で物と名前が結びついていきます。

いいもの見つけた！
どうやって使うのかなあ？

これ、どうぞー
お母さん喜んでくれてうれしいな～

“発達は子どもの
願いから始まる”
白石正久著より

あそこにきれいな花があったよ見てみて！



お母さん口に入れてくれたけどこれは何？
自分で食べたいなあ

次回は1歳前半頃をします。

8月のご利用状況

8月の利用延べ人数は73名、一日平均利用人数は4.1人でした。年齢別では、1歳児が27名(37%)で最も多く、次いで3歳児の17名(23%)、2歳児の13名(18%)の順でした。疾患別では、急性上気道炎が32名で最も多く、次いでRSV感染症が27名でした。急性上気道炎は、高熱が主な症状で比較的短期間に下熱する夏風邪が多かったようです。RSV感染症は、治療薬がなく呼吸器症状が長引くことから、連日利用するお子さんが目立ちました。RSV感染症の流行は市内の保育所、幼稚園で広範囲に流行しています。しばらく流行が続きそうです。0歳児は重症化しますので早めの受診を心がけましょう。