

もしかして熱中症かも・・・どんな時に病院に行ったらいいの？



熱中症は温度や湿度などの環境要因だけではなく、年齢・健康状態・日常生活などの様々な要因が重なって起こります。

～子どもは熱中症になりやすい！？～

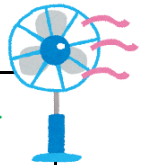
子どもは体温調節機能が未熟なため、うまく汗をかくことができず、熱がこもりやすい、地面からの熱を受けやすい、自分で気づきにくい、などの理由から大人よりも熱中症になりやすいと言われています。

軽度の熱中症なら、涼しい場所で、水分を補給して休息をとれば、症状は改善します。しかし、子どもの場合、遊びに夢中になっていたり、自分の体調をうまく言えなかったりして、症状がひどくなるまで気づかないことがあります。

子どもの様子を観察して、適切な対応をするために、熱中症の症状の見分け方と対応方法を知っておくと安心です。

熱中症の症状と対処方法

軽い	めまい、立ちくらみ 生あくび、大量発汗 筋肉痛、手足のしびれなど	→	涼しい場所に移動し体を冷やし水分補給をする (濡らしたタオルで体を拭き、うちわや扇風機を当てると早く体温が下がります。)
やや重い	頭痛、吐き気、嘔吐 体がぐったりするなど	→	医療機関を受診する
重い	意識がない、呼びかけても反応しない けいれん、手足が動かないなど *意識がない場合は迷わず救急車を呼びましょう。	→	救急車を呼ぶ



7月の感染症情報

溶連菌感染症、アデノウイルス感染症、突発性発疹症が散発的にみられました。例年夏場に流行する手足口病やヘルパンギーナの発生はありませんでした。

～親子で遊ぼう～

⑤ 抱っこしながら絵本を読む

絵本を子どもと一緒に読むことは、親子の良いコミュニケーションになります。しかけ絵本や低年齢向けの絵本など、比較的興味を引きやすいものを選びましょう。

大好きな大人、信頼する大人の膝の上に乗って、体温を感じながら声を聞いて、安心するだけでも、子どもにとっては大事な経験です。



7月のご利用状況

大雨の被害をもたらした長い梅雨が7月末にやっとあけました。8月は猛暑になりそうです。7月の利用延べ人数は39名、一日平均利用人数は1.8人でした。年齢別では、1歳児が21人(54%)で最も多く、次いで0歳児の9名(23%)、2歳児の6名(15%)で、3歳以上の児童は3名のみでした。ほとんどが咳、鼻水、熱の急性上気道炎でした。今年はコロナの影響で真夏にマスクを着用しなければなりません。マスクを着けることで、体内に熱がこもりやすく、のどの渇きを感じづらくなり、熱中症のリスクが高まるといわれています。例年以上に水分補給を心がけるようにしましょう。