



暖かい春までもう少しです。朝夕の寒さに負けず元気に過ごしましょう

子どもも増えています。花粉症！

花粉症の時期がやってきました。
この季節は風邪をひいている子供たちも多くみられます。
鼻水が頻繁に出ている時には、花粉症なのか風邪なのか判断が
つきにくいですね。

風邪と花粉症の違いは？

- ・水っぽい鼻水が頻繁に出る
- ・くしゃみが何回も出る
- ・目のかゆみや充血がある
- ・発熱はない
- ・顔などのかゆみがある



3月3日はひなまつり、そして耳の日！

中耳炎にかかりやすい子供たち

耳の構造は大人も子どもも同じです。ただ大人の耳管は細くて長く、耳から鼻に向かって斜め下に伸びているのに対して子どもの耳管は太くて短く、耳から鼻に向かって水平に伸びています。
このため、子供は大人より細菌が中耳に入りやすく、中耳炎になりやすいのです

耳をさわって痛がったら耳鼻咽喉科へ

急性中耳炎になると、中耳内に膿がたまるのでズキズキした強い痛みを伴います。38℃前後の熱があり耳ダレがみられることもあります。
乳幼児は症状をうまく訴えることができないので、次のようなことに注意して下さい。

- ・不機嫌になりグズグズしている
- ・耳をしきりに手で触る
- ・シーツが黄色く汚れている

上記のような症状がみられる場合は・・・

小児科や耳鼻科を受診しましょう。
発熱がある場合には風邪の合併が考えられるので、医師にはその旨を伝えましょう。
また、黄色や緑色の鼻水が長い期間出る場合には、風邪の鼻炎から急性副鼻腔炎を経て、慢性副鼻腔炎(蓄膿症)になっていることがありますので注意しましょう。

花粉に触れる時間を減らすために

- ・外出時・・・外に出る時には、帽子やマスクをします。また花粉のつきにくい素材のものを身につけるようにします。
- ・外出後・・・帰宅したら玄関に入る前に、家の外で花粉をできる限り落とします。また鼻をかんだり、手洗い、うがい、洗顔を行います。
- ・洗濯物や布団・・・花粉が多く飛散する時期には、洗濯物や布団などを屋外に干さないようにしましょう。
- ・掃除・・・部屋に花粉やほこりがたまらないように、こまめに掃除をするように心がけましょう。



3月の保健行事

- 1日(木)身体測定
- 7日(水)乳児検診

