

小児科皮膚ケアシリーズ ②

しもやけ

子どもは寒さなんて気にせず、外遊びが大好き♪家では靴下もはかずに走り回っています。

でも、しもやけには注意が必要です。しもやけ(凍瘡)は凍傷と同じ寒冷損傷で血行障害が原因で起こってきます。

患部が全体に赤紫色になって腫れるタイプと、紅斑ができるタイプと2種類あります。しもやけは体質的な要素が大きく、

しもやけのできやすいお子さんと、できにくいお子さんがいます。

できやすいお子さんは、雪遊びなどで濡れたまま遊んでいると一気に発症しますので、気が付いたら早めに乾かし、温めたり薬を塗ってケアをしてあげましょう。マッサージをして血流を良くすることも赤みやかゆみが軽減し、効果があります。

そのままにしておくと水疱ができたり、かゆみも増して掻き壊したり、ひどくなる場合があります。かゆみを鎮めたり血行を良くする塗り薬がありますので、お困りの時には病院にご相談ください。しもやけ予防は保温が一番です！

できる前に早めの対応をして元気に遊びましょう。

(仲條)

乾燥肌

冬は空気の湿度が下がるため、皮膚の水分が奪われて肌が乾燥します。子どもの肌は大人に比べると薄くて敏感、皮脂も少ないので乾燥肌になりやすいです。

そのため、冬場に「ムズムズする」「かゆい」というお子さんが多くなります。白く粉をふいたように荒れた肌は刺激に弱く、細菌やアレルギーの原因となる物質が入り込みやすくなります。

カサカサに気が付いたら、そのまま放置せず保湿剤によるスキンケアを心がけましょう。

お子さんの予防接種はお済でしょうか？

公費負担で受けられる予防接種(定期接種)の中には、3月末を過ぎると自費となるものがあります。予防接種の種類によっては母子手帳に載っていないものや、欄が不足しているものもあります。もう一度確認をしていただき、受けていないものについては3月末までに接種してください。

外来時間のご案内

一般外来	午前	月～金曜日	8時30分～11時30分
	午後	月・火・木曜日	15時～15時30分
		水曜日	15時30分～16時15分

注)金曜日の午後診療はありません

予防接種外来	月・木曜日	14時～15時	予約制
相談外来	火曜日	14時～15時	予約制

【3月の休診情報】

3・4日	午前・午後
17日	午後
20日	午前・午後

※予防接種はワクチンの準備のため、4日前までにご予約ください。
 ※予防接種は一般外来でもお受けしますが、その場合も予約が必要です。
 ※予約をお受けできる人数に限りがありますので、早めのご連絡をお勧めします。
 ※予約のお電話はいつでもお受けしますが、午前の外来時間帯は対応できないことがあります。あらかじめご了承ください。

