



## キッズ・ケアルームだより



新年あけましておめでとうございます。

年末年始は体調を崩さず、楽しく過ごせましたか？

今年も子どもたちが健康に過ごせるように、おたよりを通して病気の予防や子育てに役立つ情報を伝えていきます。本年もどうぞよろしくお願いします。

12月のキッズ・ケアルームは感冒、インフルエンザA、胃腸炎など33名の利用がありました。



### 知っておこう！

#### 冬のスキンケア

子どもの皮膚の特徴・・・

冬は空気が乾燥し皮膚がカサカサと荒れ、かゆみが出ることがあります。  
悪化する前に受診してご家庭で保湿ケアなど実践してみてください。

- 皮膚が薄い（大人の半分程度の薄さ）

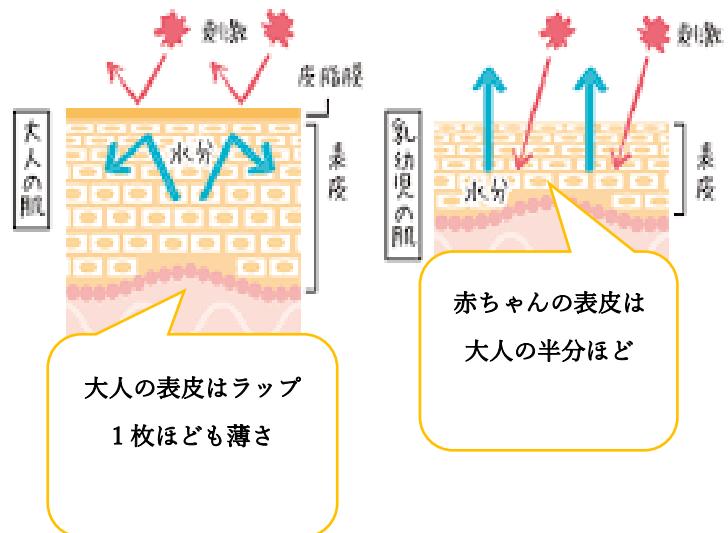
- 角質の水分保持能力が低い

- 皮脂の分泌量が少ない→「バリア機能」が不完全

未熟でカサカサな子どもの肌。乾燥、紫外線、バイ菌などに一気にさらされ、放っておくとすぐに肌荒れを起こしてしまいます。「たかが肌荒れ」と思われるかもしれません、乾燥して荒れた肌は異物が入り込みやすいスカスカ状態です。

石鹼は皮脂を落とすものです。冬の石鹼やボディーソープの使い過ぎに注意しましょう。

皮脂を落としてしまうので、乾燥した部位にはシャワーのみで充分です。



#### 処方されるお薬（一般的に）

##### ワセリン・プロペト

お肌の**保護**剤・・・皮膚の表面に油分で膜を作ることで肌内部の水分が蒸発するのを防ぎ、外部の刺激から肌を**保護**する。  
(はやしクリニックで処方できます)

##### グリセリンカリ液（ベルツ水）

150年前から使われている安全な**保湿**剤です。べたつかないので使いやすく、こまめに使って安全です。なめても大丈夫です。(はやしクリニックで処方できます)  
ヒルドイド（ヘパリン類似物質）は、日本のように「保湿剤」として使う国はありません。血行改善を目的に打撲や傷の瘢痕などに使われます。

毎日のスキンケアで肌を守り育て上げることが重要です。



〒194-0035

町田市忠生 2-29-20

042-793-3722

