



こあら通信

小栗小児科医院 2017年5月 第129号
〒933-0014 富山県高岡市野村869
TEL: 0766-23-2229
URL: <http://oguri-shounika.com>



めざせ赤ちゃん肌!

「**赤ちゃん肌**」という言葉があるように、乳児の肌は柔らかく美しく、特別な手入れは不要というイメージがあるでしょう。しかし実は、赤ちゃんの肌はとてもデリケート。大人よりも肌の水分量や皮脂量が少ないため乾燥しやすいのです。空気が乾燥する冬だけでなく、1年を通して意識的に保湿してあげることが大事。お風呂で汗や汚れを十分に落とし、こまめに保湿することを心がけましょう。

「**お風呂**」では柔らかい肌に刺激を与えないよう、石鹸を十分に泡立てて、素手でなでるように洗います。特に首やわき、手足のくびれ、股、おしりなどは汚れや汗がたまりやすいので丁寧に洗いましょう。

「**保湿**」はお風呂から出た後はもちろん、服を着替えた後、おむつを替えた後など、1日2~3回は保湿をするよう心がけます。赤ちゃんの肌の乾燥が気になった都度、保湿してあげてもよいでしょう。

「**保湿剤**」はこすらずにゆっくり、たっぷり塗りましょう。ごしごしせず、くると手を回すように塗り、ティッシュがくっつく程度にしましょう。

紫外線対策

紫外線の悪影響(皮膚がん・白内障など)が徐々に分かってきたことから、日本でも1990年代に入りようやく紫外線対策を積極的に行うようになってきました。子供のころ、特に若いうち(10歳よりも5歳、5歳よりも1歳という意味)に紫外線を浴びた量が多いほど、大人になって皮膚癌を発症する確率が高くなり、皮膚ガンを発症する年齢も若くなる事が分かっています。肌が薄くバリア機能の不十分な乳幼児の肌を日焼けから守る事が大切です。帽子、長そでシャツ、ベビーカーの日よけ、日焼け止めクリームなど組み合わせ取り入れてみましょう。



第28回日本小児科医会フォーラム in富山

市民公開講座

2017.6.11(日) 13:45~15:45

富山国際会議場大ホール

子ども達の健やかな脳発達のために
~最新の脳科学の知見から~

どなたでも自由にご参加ください。

詳しくは院内ポスター、パンフレットをご覧ください。

休診のお知らせ

16日(火) 2時~3時

不活化ポリオ 13価肺炎球菌 追加接種(任意)

- ポリオ (4歳から6歳)
- 不活化ポリオのみ4回接種者
- 4種混合のみ4回接種者
- 不活化ポリオ、4種混合接種者
- 肺炎球菌 (6歳未満)
- 7価のみの接種者

