



2021年8月2日 発行
 社会福祉法人尚徳福祉会
 保育園与那原ベアーズⅡ
 看 護 師

夏も本番となり、暑い日々が続いていますね。寝不足や朝食を食べない等体調不良の時は、熱中症になるリスクも上がります。規則正しい生活を心がけ、暑い夏を元気いっぱい過ごしましょう。

《7月の感染症情報》

感染性胃腸炎 … 7名
 あたましらみ … 1名
 溶連菌感染症 … 1名

あせも

汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症が起こる症状で、細かく赤い発疹が出ます。綿などの吸湿性・通気性のある衣服を選んで、汗をかいたらこまめに拭き、衣服を着替えさせるのが一番の予防法です。シャワーや沐浴など、スキンケアで治まることもあります。かゆみがある時は、冷たいタオルで冷やすなどして、なるべくかかないようにしましょう。

ステロイド系の外用薬がひどくなったあせもには有効です。



歯科健診の結果



7月14日に実施した歯科健診の結果は以下の通りでした。食後の歯みがきと仕上げ磨き、間食の摂り方に気を付けて口腔内の環境を整えていきましょう。虫歯のあった人は早めに歯科受診しましょう。またおみ合わせで「叢生(そうせい)」や「過齧咬合」の園児が多かったです。池田先生より正しい姿勢をとる事が大事との助言も頂いています。普段の生活でも、頬杖をついたり、猫背になっていないか姿勢に気を付けて見てあげましょう。

よく聞かれる質問について池田先生よりお答えがありました。また不正咬合についても裏面に記載しています。参考にしてください。

(人)

	虫歯なし	要注意	虫歯あり	未受診
りす	8	0	0	1
うさぎ	7	1	1	2
こぐま	14	1	5	0
ぱんだ	7	7	9	0
きりん	11	5	11	1
ぞう	13	4	5	1



～ 頭シラミってなんだろう? ～

「感染は主に接触により起こります。家庭や集団生活の場で衣服や寝具を介して感染します。人に寄生するシラミは数種類いますが、こどもの頭髮に寄生するアタマシラミは清潔・不潔に関係なく、ウィルスなどの病気を媒介する事ありません。しかし、感染すると卵からかえったシラミが頭皮を吸血するために強い痒みが起こり、かきむしると、とびひを起こすことがあります。

～ 予防法と見つけ方 ～

★見つけ方はいたって簡単！こどもの髪の毛をよく見てください。

シラミがいる場合には髪の毛に1mm位の褐色の卵が付いているのがすぐにわかります。

★卵はしずくのような形で髪の毛にしっかりついていて、頭髮に塊があった場合でも指で簡単に取れるのは「ヘアキャスト」といって毛根の皮膚がリング状に抜けたものです。

★予防のためには髪をよく洗うことです。こどもは洗髪が不十分なので、大人が手伝って丁寧に洗ってあげましょう。

★毎日のブラッシングも効果的です。シラミは熱に弱いので洗髪後、ドライヤーの熱でしっかり乾かしましょう。



いすぐみ

- 歯の間にすきまがないのが気になります。(1歳)**
よく咬んで(30回)食べるなど、口腔機能を高める生活で広がることも。
- 前歯の左側の歯1個ぶつけ、それ以後、少しの刺激で血が出たりする。神経死んでいないか心配。(1歳)**
上唇小帯に歯ブラシの毛があたり出血したかもしれません。前歯の変色は無いので神経は問題ないと思われます。
- 上の前歯が生えはじめていますが、下の前歯より大きい気がします。歯ならび悪くならないか心配です。(1歳)**
上の前歯は下の歯より大きいのが正常です。
口の中を観察していてすごいです。
- うけ口になりそう。(0歳)**
3歳くらいまでは様子を見ていいと思います。それ以降は小児向けの矯正器具などあります。

うさぎぐみ

- よく、おもちゃを口に入れたい、色んな物を噛む時がある(2歳)**
3歳児くらいまでは色々な物を口に入れたいします。様子を見てください。
- 歯の生え始めの頃からであるが、前歯(上2本)が黄色くて、表面が凸凹している。(2歳)**
フッ素をうまく使用しましょう。

こくまぐみ

- 3歳になったら指しゃぶりを終わろうねと話していますが、できなかつた場合、無理やりにでも終わる方法をとった方がいいのでしょうか。歯の形の事は気になりますが、本人へのストレスになるのではないかと考えてもいます。(2歳)**
理想的な年齢ではありますが、無理にやめさせようとする、別の事に執着してしまう事もあります。そっと手を握ってあげるなど、意識をそらせてあげるよう誘導してみてください。
- 歯並びが悪いが、改善する方法はありますか?(2歳)**
もしかしたら、お口で呼吸しているかもしれません。
鼻で呼吸するだけでも、歯並び改善するかもしれません。
- カゼをひいてない時でもすごいヨダレの時がある。(2歳)**
ヨダレの量よりも飲み込みに問題がある場合が多いです。奥歯で30回しっかり咬むことにより、自然と口腔機能が鍛えられるので、野菜をスティック状にしてあげるなど、噛みごたえのある物を選んであげるのも良いです。

ぼんだぐみ

- 前歯横2本欠損(3歳)**
永久歯が萌出してくるまで様子みです。
- 指しゃぶりがやめられない。(3歳)**
無理にやめさせようとする、別の問題ができることもあるので、本人がやめたいタイミングでみた方がいいかもしれません。指しゃぶりをみつけたら、手遊びなど手や指を使う遊びに誘ってみるのも1つの方法です。
- 歯ブラシが苦手でなかなかスムーズにさせてくれないです。ガーゼでぬぐうことは全く問題ないので、歯ブラシの固さなのか力の入れ具合なのか試行錯誤してます。(3歳)**
大人の力で強く磨いてしまうと、本人も痛みが嫌になることもあります。優しく磨いてもらいましょう。ガーゼでぬぐうことすごく良いです。

きん・そうぐみ

- うけ口(4歳)**
矯正歯科で相談しても良いかもしれません。
- 上の左右の奥歯、たまに痛がる。(5歳)**
上の大人の歯が生えてきていて、それからの痛みかもしれません。待てば良くなるかと思えます。
- 6歳になる前に奥歯がはえてきました5歳**
子供それぞれ成長が違うので問題ないです。
- 歯並びが悪い(5歳)**
気になる場合は歯科医院で相談してみてもよいかもしれません。

「気になること」に 歯ぎしりも多数ありました。

子どもの歯ぎしりは、かみ合わせの調整としてみられることがあります。歯が過度にすり減っていたり、あごを痛がったりする、または気になるようでしたら、歯科医院に相談してみましよう。

不正咬合(ふせいこうごう)とは、歯並びと上下の歯の噛み合わせに異常があることをいいます。「叢生」や「過蓋咬合」も、不正咬合の症状のひとつ。乳幼児期からの癖が原因となることもあります。

歯ならびやかみ合わせが悪くなるのは4つの要因があります。

1つ目は、乳歯をむし歯などで早く失い永久歯の生える場所がなくなるためです。

2つ目には、歯と顎の骨の大きさのバランスが悪く永久歯の生える場所がないためです。歯や顎の大きさは遺伝もありますが、良くかまない、または硬いものを食べないことにより、十分顎が発達しないことも関係あります。

3つ目は、出っ歯や受け口(反対咬合)の中には純粋に遺伝的な問題が要因のこともあります。

4つ目はおしゃぶり、指しゃぶりなどの癖、舌の前方突出癖や口呼吸、頬杖、うつ伏せ寝などの生活習慣も関係します。最近では、永久歯の歯並びが悪くならないように、乳歯の時期から簡単な装置を利用した方がよい場合もあります。最良のタイミングで治療ができるように、小児歯科専門医に相談し、定期的に経過をみていきましょう。

「小児歯科学会」より