



ほけんだより

令和4年10月発行
宜野湾保育所看護師作成
バックナンバーはこちら



暑い日が続きますが、朝夕は涼しく感じ始めました。1日の気温差が激しく、乳幼児は自分で体温を調節するのがまだ難しいため、いつの間にか風邪をひいたり、体質によっては喘息を起こしたりします。咳や鼻水などの様子に気をつけるようにしていきましょう。

目の愛護デー

10月10日は「目の愛護デー」です。「10」を2つ並べて横にしたときに眉と目に見えることから名付けられました。前髪が目にかからないようにしたりして、目に優しい生活を心がけましょう。

また、長時間テレビを見たりすると目を酷使されます。時間を決めるなどして控えるようにしましょう。



子供の視力は6歳ぐらいでほぼ大人と同じまでに発達します。乳幼児期のトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後に視力を伸ばすのは難しいことがあります。以下のような症状が見られたら早めに受診しましょう。

救急外来を受診する

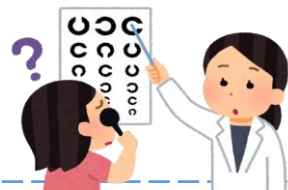
- 目に異物が入って痛む
- 目に物が当たった

小児科を受診する

- 黄色い目ヤニが多い
- 頻繁に目を掻く
- 目が充血している

眼科を受診する

- 光をまぶしがる
- 白目が黄色い
- 黒目が目の端に寄る
- 斜めや近くで物を見る



子どもに多い目の病気

★ものもらい

汗を分泌している汗腺に細菌が入ったりすることで炎症を起こしたり化膿した状態です。まぶたが赤く腫れて痛んだり、目がゴロゴロします。**感染力が弱く、感染する危険は大きくありませんが、目にケガをしたときや病気などで身体の抵抗力が落ちたときに目をこすったりすると、ものもらいができることがあります。**

抗生物質の点眼薬や軟膏で治療します。長引くときは切開して膿を出すこともあります。適切に治療をすれば1～2週間で完治します。

★逆さまつ毛

子供はまぶたが厚いためまつ毛が内側を向いてしまい、眼球の表面に触れることがあります。**成長とともにまぶたが薄くなるに伴い、まつ毛も自然に外側を向いて治るので、しばらくは経過を見ます。**

3歳くらいになっても治らなければ毛質が硬くなってきて眼球表面を傷付けることもあります。

その場合は、まつ毛を外側に向ける手術で治します。



★けが、異物混入

(例) 目に物が入った。目を傷つけた。目に刺さった。洗剤が入った。目の表面や周囲によごれがついている場合は、**すぐに水でそれを洗い落とします。**また、眼球に大きな傷がある場合は無理に目を開かずに、周りの汚れを軽くとってください。その間、**目を押さえつけてはいけません。**

出血している場合は、きれいなタオルなどをまぶたの上から軽く当ててください。付着物がない場合はすぐに眼科医に連絡をとって受診してください。

