



ほけんだより

2006年3月号
明照保育園



【子どもの健康状態】

お遊戯会前にインフルエンザにかかる子がちらほらいて、保護者の方もドキドキしたことでしょう。残念ながら当日欠席の子も数人いましたが、前日まで大事をとってお休みするなど、ご協力ありがとうございました。お遊戯会で頑張った後は、疲れからか、熱で欠席する子が増えています。

【3月3日は耳の日ー耳を大切にしようー】

● 耳のつくり



● 耳のはたらき

- ①音をききとる
- ②からだのバランスをとる
- ③音の方向を知る

以上の大切なはたらきがあります。



日常、よく耳にする【中耳炎】とはどんな病気なのでしょうか？

■急性中耳炎とは

風邪を引いたときにウイルスが中耳に進入し化膿する病気です。大人に比べ乳幼児耳管は短く太く水平になっているため、のどからウイルスが容易に入り込みやすい、つまり中耳炎になりやすいのです。

症状としては、高い熱が出て耳を痛がったりします。痛みを訴えられない赤ちゃんや子どもの場合、溜まった膿が鼓膜を破って出てきます（みみだれ）

■滲出性中耳炎とは

8歳以下の子どもに多く見られます。鼓膜の内耳腔に滲出液が溜まっている為、鼓膜の振動が妨げられて耳の聞こえが悪くなります。急性中耳炎が完全に治りきってなかった場合や鼻の病気やアデノイド（鼻と喉の境目にある扁桃が大きくなる病気）があって耳管の通りが悪いときに起こります。

耳の聞こえが悪かったことで、乳幼児期に発達の遅れの1つの原因となっていたことも実際にありました。

小さい子は自分だけでは気がつきにくく、それまでは耳がよく聞こえていたのに最近聞き返すことが多い、ちょっと離れたところから呼んでも返事をしない、TVのボリュームを大きくしないと聞こえない等、どうも耳が聞こえにくいようだと言った家族の方が気づいて受診する事が多いようです。

また滲出液がたまっているため、細菌感染を起こしやすく、急性中耳炎を起こしやすくなります。

以上のような症状が見られるときは、早めに耳鼻科を受診しましょう。子どもや保護者が努力しても繰り返すときは繰り返してしまいましたが、治療を途中でやめると長引くことや悪化する事があります。子どもが成長すれば中耳炎はかかりにくくなります。医師の診察結果や治療方針を納得のいくまで聞いて、そのつど直していきましょう。

できたものに〇をつけてね

1年間でどこまでできましたか？

※よい生活習慣を身につけ、心身ともに健康に過ごせるようにしていきましょう。また、子ども自身が意識して生活していけるよう、みんなで協力していきたいですね。

<input type="checkbox"/> 早寝・早起き 	<input type="checkbox"/> 毎日歯みがき 	<input type="checkbox"/> 毎朝朝食を食べる 	<input type="checkbox"/> 朝食後の排便
<input type="checkbox"/> お風呂に入る 	<input type="checkbox"/> 手洗い・うがいをする 	<input type="checkbox"/> テレビやゲームは時間を決めて 	<input type="checkbox"/> なんでも食べる
<input type="checkbox"/> 外で元気に遊ぶ 	<input type="checkbox"/> 危ない遊びはしない 	<input type="checkbox"/> 家族でよくおしゃべりをした 	<input type="checkbox"/> 友達と楽しく遊んだ

【おわりに】

今年度はどんな一年でしたか？だんだんと暖かくなってきましたが、体調を崩している子は、体を休めるときはしっかり休めて、残り少ない学年末を健康に過ごせるといいですね☆

ひとまわりもふたまわりも大きく育った子どもたちが、これからもどんな芽を出し、どんな花を咲かせるか楽しみです。