

気温が低く乾燥した日が続いています。2月4日は、暦の上では立春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。感染症もまだまだ流行っているので、手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう。

薬の飲ませ方

シロップ

薄めずにそのまま飲ませます。乳児は必要な量をスポイトやスプーンで取り、口の中に入れてみましょう。

粉薬

●水で溶く場合

少量の水か、ぬるま湯で薬を溶かします。飲ませる時はスプーンやスポイト、おちょこなどを使いましょう。

●直接口に入れる場合

開いた状態の口の中に直接粉薬を入れます。

●練る場合

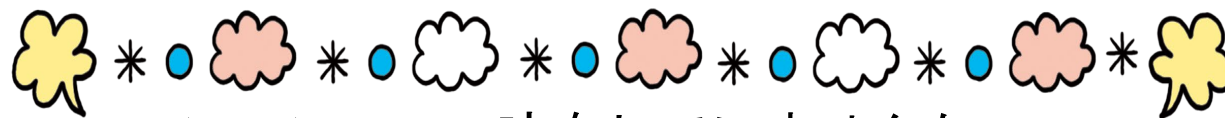
小さな器に粉薬を入れ、数滴の水をたらし、だんご状に練ります。練った薬は頬の内側あたりに塗ります。

どの飲ませ方をした場合も薬を飲んだ後は水や湯冷ましを飲ませましょう。

食品に混ぜる時は

オレンジジュース、りんごジュース、スポーツドリンク、ヨーグルトなどの酸味がある物は薬によっては混ぜることができません。

食品に混ぜる場合、残してしまうこともあるので、薬を混ぜる時の量は少なめにしましょう。また、ミルク、おかゆなど、主食には混ぜないようにしましょう。味の変化で食べ物自体を嫌いになってしまう可能性があります。



コンコンッ！ 咳をしていませんか？

寒さが深まり、あちこちから咳が聞こえてきます。乾燥が原因の咳もありますが、ウイルス性のは飛沫感染によって広がっていきます。咳エチケットを守り、咳が出ている時はマスクを着用しましょう。

お家でのケア



洗濯物を干したり、加湿器をつけたりして、湿度を調節し、喉を潤しましょう。



咳がひどい時は、背中の下に枕やクッションを置くなどして上半身を高くしましょう。呼吸がらくになります。



麦茶や白湯など、刺激のない飲み物で水分補給をこまめに行いましょう。

保健室からのおねがい

- インフルエンザなどの感染症が流行っています。発熱がなくても咳や鼻水がでている、いつもとちがう時は、受診し感染症の有無を確認して頂くようお願いいたします。
- またお手数ですがインフルエンザに罹った場合は、解熱日もお知らせいただき、共に登園日を確認して行きたいと思っておりますので連絡をお願いいたします。
- 同居している家族などが感染症に罹っている場合は報告して頂けるようお願いいたします。また、お子さんの登園時の受け入れは玄関対応とさせていただいておりますのでご理解ご協力をお願いいたします。
- お薬を内服していたり、ホクナリンテープを貼っている時（体のどこに貼っているか）は連絡していただいております。園生活での管理に必要ですので宜しくお願いいたします。