

## 『 夏の肌トラブル 』

夏は子どもたちが元気よく活動する季節です。汗をかく量が増えたり、発疹が現れる感染症が流行りやすかったりと、皮膚トラブルが起こりやすくなります。夏に子どもに起きやすい皮膚トラブルを紹介したいと思います。



### ①虫さされ

虫にさされたら、流水と石けんでよく洗いましょう。かゆそうな時は冷やすとかゆみが和らぎます。さされた虫の種類にもよりますが熱が出たり、ひどく腫れてしまった時は早めに病院を受診しましょう。

### ②汗疹

汗の出口が汚れや垢でふさがれて炎症が起こったものをいいます。あまりにもかゆがったり、かきむしったりして傷になった場合は病院を受診しましょう。日頃から汗を流し、清潔にしておくことが大切です。

### ③とびひ

虫さされや傷に菌が入り込み、水膨れができます。水膨れをかいた手で他の場所をかくと「とびひ」します。自分へもうつりますが、他の人にもうつる伝染力が高い皮膚炎です。お医者さんから塗り薬をもらい、早めに治しましょう。

### ④乾燥肌

汗をかきやすい夏だから、乾燥はしないだろう！と思う人も多いと思いますが、実は夏は乾燥肌になりやすいんです！特に、幼児～学童期は皮脂の分泌量が少ないこともあり、なおさら乾燥しやすい状態です。夏もこまめな保湿は欠かさずしましょう。乾燥すると、かゆくなる→かきむしる→傷になる→とびひする、というループになる場合もあるので、念入りの保湿は季節問わず重要です！



### ⑤水いぼ

7歳以下の子どもに多く見られる皮膚の感染症です。皮膚に小さな丸いぼ（1～5mm程度）ができるウイルス性の皮膚感染症で、かゆみや痛みはほとんどありません。いずれは自然治癒することが多いですが、治る前に数が増えるほか、感染力が強いため他の人にうつることもあるので、気づいたら早めに病院を受診しましょう。

肌トラブルがあると、かゆがったり、痛がったり、水遊びを控えなければならなかったり…それを見ている親も辛いですね。子どもはかゆい時にかかずにがまんするというのが難しく、ついつかきむしってしまうものです。なるべく早めに病院を受診して、傷をつくらないようにすると、いつでも綺麗な肌を保つことができます。

日々少しずつ気にかけてあげながら、夏の楽しい行事を思いっきり楽しみましょうね！