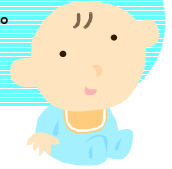


こちら、よんひがしです。

近畿中央病院
産婦人科病棟
2012年 8月号
VOL.12

あつい日が続いていますが、皆様、いかがお過ごしですか？
夏バテなど、体調管理に十分に気をつけて下さいね。

新生児の皮膚は、出生時すでに大人と同様のバリア機能を持っているといわれていますが、オムツをしていること、新陳代謝が盛んであることからスキンケアが大切となります。
今回は、赤ちゃんに起こりやすい夏の皮膚トラブル対策について紹介します。



- ★ 夏の衣類はガーゼ生地のような風通しのいいベビー服がおすすめです。
- ★ エアコンの温度は28度ほどに設定し、扇風機などをうまく利用し汗をかき過ぎない環境をつくりましょう。（エアコンの噴出し口は上にむけ、冷気は下にたまりやすいので扇風機をつけて冷気を拡散させるといいですね）
- ★ おむつ交換はこまめに行ないましょう。おしりが汚れていたらお湯でぬらしたカット綿などで押さえ拭きしましょう。おしりを洗うこともおすすめです。
- ★ お風呂の時、石鹸をよく泡だて、皮膚を洗いましょう。石鹸はお風呂の時の1日1回にしましょう。汗が多い場合は38～40度のお湯でシャワー、ぬらしたガーゼハンカチ等で、こまめに拭いてあげるといいでしょう。
- ★ 夏の授乳はママと赤ちゃんの肌が密着する部分にタオルなどをはさみましょ。そうすると授乳の際に密着する部分が汗でびしょりとはならないですね。
- ★ 眠る時は背中にタオルなどを入れて汗をすわせましょ。寝入ったらタオルを引き抜くとパジャマも背中もサラサラのままです。
- ★ 汗をかいた衣服はこまめにかえることが一番ですね。



プレママセミナーのご案内（要予約）

	日	月	火	水	木	金	土
8月				1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	

	日	月	火	水	木	金	土
9月							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23 / 30	24	25	26	27	28	29

- たまごの会
8月2日(木) 9月6日(木)
13:20～ 3階講堂
- おっぱいと赤ちゃんの会
8月23日(木) 9月27日(木)
13:30～ 7階東病棟
- お産の会
8月16日(木) 9月20日(木)
13:30～ 7階東病棟
- マタニティーピクス
(当院出産の方限定)
8月 8・15・22日(水)
9月 12・19・26日(水)
13:30～ 運動療法室
- ベビーマッサージ
(当院出産の方限定)
8月9日(木) 9月13日(木)
13:30～ 7階東病棟

発行：
4階東病棟

編集：熊谷
國宮本