

妊娠

出産

乳幼児期

仙北市子育て支援包括支援
センター「なないろ」
妊娠期から子育て期までの切れ
目ない支援をします。

【電話相談／仙北市保健課】

《固定電話》 ☎ 43-2252

《携帯電話》 📞 080-2813-0835



仙北市ホームページ
はコチラ！



☆赤ちゃんの食物アレルギーとスキンケアの関係☆

赤ちゃんの肌は、食物アレルギーの発症と関係があり、荒れた肌が食物アレルギーを引き起こしやすくしていることを知っていますか？アレルギーは、荒れた肌から体のなかに外部の物質が入って、体がそれを「危険なもの」とみなし、その食べ物を口から食べることで発症します。なので、食物アレルギーを予防するためには、肌のバリア機能を助けることが大切です。



【赤ちゃんの皮膚】

赤ちゃんは、ママのおなかにいる時は、羊水の中にいるので皮膚は潤った状態です。けれど、出生直後、空気にさらされた瞬間から皮膚の乾燥が始まっています。赤ちゃんの皮膚は未発達な状態で、水分が蒸発して乾燥しやすく、水分を上手に保てず、カサカサした湿疹が起こりやすいです。また、大人の皮膚の半分の厚さしかないため、外からの侵入を防ぐバリア機能が未発達です。

☆アレルギーを起こさない、しっとりすべすべした肌を保つ為に☆ ～ 毎日のお手入れが大切 ～

●**きれいに洗う** ⇒ よく泡立て泡を手に乗せて優しくなでるように洗う。湯船につかる場合は、**38℃**を目安に、長時間つかるのは **NG！** スポンジ・タオル・ガーゼ類は使わず、手でやさしく。

●**毎日保湿する** ⇒ お風呂から上がって**15分以内**ぐらいに保湿剤を塗る。

●**保湿剤の塗り方** ⇒ 赤ちゃんの体に点々と保湿剤を置いてから塗り広げ、塗ったあと**テカテカ**するぐらいたっぷり塗る。

※赤ちゃんの湿疹が治らない、肌に傷があるなどの場合は病院を受診して薬で治療して、しっかい治療したあとに保湿ケアを始めましょう。