



な
い
ろ
通信

仙北市保健課
(こども家庭センター)
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』 0187-43-2252

『携帯電話』 080-2813-0835



～子どものスキンケアについて～

乳幼児の湿疹・皮膚炎の予防にはスキンケアがとても大切です

子どもの肌は、おとなの半分ほどの厚さです。また、水分・皮脂がとても少なく、皮膚が乾燥しトラブルになりやすいです。そのため、湿疹や皮膚炎を起こしやすいので予防のためのスキンケアがとても大事です。

トラブルを未然に防ぐためには、皮膚についた汚れをきれいに落とし、保湿をして乾燥を防ぐことが重要です。

石けんで洗う

+
保湿剤を塗る

セットで行う

01_洗い方について



- ✿ガーゼやタオルなど刺激になるものは避け素手で洗いましょう。
- ✿体全体はもちろん、顔もたっぷりの泡で洗いましょう。首とあごの間、わきの下、足の付け根、膝の裏など、肌が密着している所には、汚れが溜まりやすいので、伸ばして洗いましょう。
- ✿湿疹がある場合も、優しく手の平や指の腹を使って泡で洗いましょう。すすぎ残しは、肌トラブルの原因になります。しっかりと流すように心がけましょう。



02_保湿について

- ✿皮膚の乾燥を防ぐために、入浴後は早めに保湿しましょう。
- ✿保湿剤は、クリームタイプや乳液タイプ、泡フォーム等、様々なタイプのものがあります。肌の状態や、使いやすさ等を考慮し、選択しましょう。
- ✿塗り方や保湿剤の量も大切です。**たっぷりの保湿剤を手に取り、擦らずに、優しく広げましょう。**肌が密着している所も伸ばして保湿しましょう。

03_日常生活で気をつけたいこと

- ✿よだれ対策:よだれが原因で肌がかぶれてしまうこともあります。よだれを濡れたタオルで拭き取ったあと、口のまわりに保湿剤を塗りましょう。あれている場合は、食事前に口の周りをワセリンで保護し、食後はきれいにしてから保湿剤を塗りましょう。

受診の目安について

発疹や皮膚の炎症している部分が急に広がったり、水ぶくれや膿を伴う場合は受診し相談しましょう。
外用薬や保湿剤について、医師の指示がある場合はそれに従ってください。