

新緑の美しい季節になりました。ハナミズキの花が咲いていたのが、気が付いた時にはなくなり、大輪のぼたんの花も終わり、時の流れを早く感じます。5月はカーネーションをいただいたお母さんもいたことでしょうか。色とりどりの花が目を楽しませてくれます。

子供たちは元気いっぱい砂場や外遊びを楽しんでいるでしょう。泣き叫んでいた新入園児さんたちも、園から帰りたくない子も出てきているかもしれません。季節の変わり目で、1日の中でも寒暖差があり、身体がついていかない場合がありますので、衣服で調整してください。また発熱した場合は、早めに受診をし、水分を取るようによみましょう。

元気な子供たちが走り回って転び、足や手を擦りむく機会が多くなると思いますので、その時の対処について書いておきます。

けがをすると、以前は消毒液をつけて傷口にガーゼを当てるという処置がされていました。この処置では、ガーゼに傷口からの浸出液が付き、ガーゼを変えるたびに、ガーゼが傷口にはりつき、痛い思いをし、傷口の治りが悪いというものでした。いまだこのような処置を、ご家庭でしている場合は、考え直してください。これは20年近く前に行われていた方法です。今では、傷口は湿潤させて治すという方法が一般的です。この方法は①消毒薬を使わずに、傷口を水道水できれいに洗う。②適切な「創傷被覆材」（市販されており、サイズもいろいろあります）を使用して、患部を保護し、傷を乾かさないようにする。



消毒薬は傷を治そうとする皮膚の細胞に害があること、消毒薬で細菌を完全に殺すことができないこと、皮膚に少し細菌がいても傷が治っていくことなどがわかってきました。さらに消毒することで傷の治りを遅くすることもわかってきたため、消毒薬はほとんど使われなくなってきました。傷にいる細菌や老廃物などを洗い流すことが傷の治りを促進することから、水道水や生理食塩水などを使って傷を洗うことが行われています。土や砂などをきれいに取り除きましょう。

傷口が感染すると「痛み、腫れ、赤くなる、熱感」といった炎症の徴候が出ます。このような徴候が見られた時は受診しましょう。

人間の体は自分で治そうという自然治癒力があります。自然の力をかりることも大事です。