



# 5月のほけんだより



令和6年5月1日発行  
くもぎ保育園

新緑の美しい5月。元気にあそぶ子どもたちの姿に、さわやかな風が吹き抜けます。ゴールデンウィークを楽しく過ごしたあと、心身ともにちょっと不安定になることも。ご家庭と連携をとりながら、お子さんのようすに気を配っていきたいと思います。



## 知っておこう! ~ひきつけ・けいれん~

発作的に筋が収縮運動する状態を「けいれん」といい、子どもの全身けいれんを俗に「ひきつけ」といいます。子どもがけいれんを起こすと、慌ててしまいがちですが、落ち着いて状態を観察し、冷静に対応することがたいせつです。

### どうして起きるの?

けいれんの原因はさまざまで、急な発熱によって起こることもあれば、泣きすぎて興奮したために起きることもあります。事故などでなんらかのけがを負ったり、脳の病気や異常が原因で起きるものもあります。なかでももっとも多いのが、高熱を伴う熱性けいれんで、6歳くらいまでの子どもの約9%にみられるといわれています。

### けいれんを起こしたら?

時間を計る。

吐いたものをのどに詰まらせないように、横向きに寝かせる。

衣服を緩める

すぐに落ち着いた場合でも、初めの場合は、必ず病院で診てもらいましょう。

### これはNG!

#### 口の中に布などを詰める

窒息の原因になるので、絶対にやめましょう。

#### 揺らしたり押さえつけたりする

無理な力が加わり、筋肉を傷めることがあります。

### 観察ポイント

救急車を呼ぶかどうかの判断や、医師に症状を伝えるときのポイントになります。

- ① どれくらいけいれんが続いているか (時間を計る)
- ② 熱はあるか
- ③ 手足が突っ張っている
- ④ どの部分がどのように動いたか、どんな姿勢や手足の形をとったか
- ⑤ 顔色や目つきはどうか (白目をむいていないか)
- ⑥ 嘔吐があるか

