



松山市民病院 病児保育
アイビー通信

第6号 令和元年12月発行

〒790-0067
松山市大手町2丁目1-3
松山市民病院 病児保育アイビー
TEL 089-968-1319 (直通)

寒さが厳しくなり、季節はすっかり冬本番ですね。また、寒さとともに空気の乾燥が気になる時期です。

インフルエンザや胃腸炎など、感染症の予防に細心の注意を払いながら、ウイルスに負けず元気に過ごしましょう。

病棟保育について

病児保育利用時に症状の変化があった際や退院後の経過観察として、アイビーと連携している「病棟保育」についてご紹介します。

小児科病棟にはプレイルームがあり、開放的なスペースはストレスのたまりがちな入院生活にとって、貴重なスペースになっています。月曜～金曜の9時～17時に病棟保育士が常駐しており、プレイルームでの遊びや病室訪問を通して、入院中の子どもたちの心身のケアを行っています。

プレイルーム

・医師にプレイルーム利用の有無を確認し、発達段階や症状に合わせた遊びを行っています。

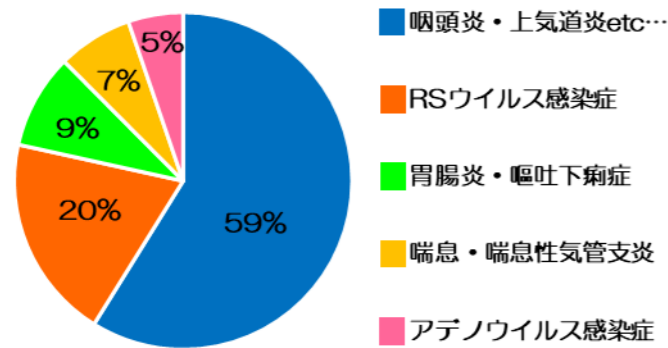
病室訪問

病室を訪問し、入院中でもできる遊びや勉強を行っています。

絵本の読みきかせ

月に数回、ボランティアの方が素敵な絵本を紹介してくれます。

利用状況(R1.9~R1.11) 延べ455人



今年は例年より早い、秋口にインフルエンザが全国的に流行しました。10月はアイビーでも数人お預かりし、手洗い・うがいを徹底していきました。

年末年始のおしらせ

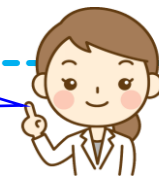
12/28(土)～1/5(日)
病児保育アイビーはお休みです
1/6(月)より利用できます
よろしくお願いします



便秘について



小児科医師より



○便秘とは...

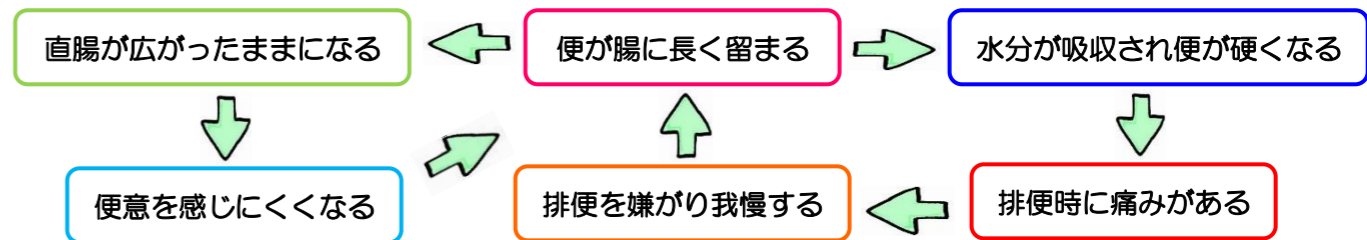
便の形や硬さの理想は、表面がなめらかでやわらかい、いわゆる「バナナうんち」です。排便の回数が少ない、毎日排便があっても排便時に痛みがある、すっきりと出ない場合は便秘の可能性があります。

○便秘の症状

腹痛（痛みが強く救急外来を受診されることもあります）、食欲低下、おならの回数が多く臭い、排便時の痛みのため排便を嫌がる、我慢する等の症状が見られます。

○便秘の原因

偏った食事、水分摂取不足、生活習慣（ゆっくりトイレに入る時間がない）、排便時の痛みや羞恥心（園や学校でトイレに行きにくい）から排便を我慢してしまうこと等が、便秘の原因になります。また、便秘は下の様に悪循環になりやすい特徴があります。



○便秘の予防法

- ①好き嫌いなくバランスの取れた食事をたくさん食べる。
- ②食物繊維（雑穀、野菜、海藻、果物、芋、豆）を積極的にとる。
- ③水分をしっかり摂取する。
- ④朝食後にゆっくりトイレに座る時間を作る。
- ⑤トイレを我慢させない。
- ⑥体を動かす。（腸の動きを活発にして便通が良くなります）

※これらの生活習慣を守っても便秘が改善しない場合は、病院で相談してみましょう。



インフルエンザの予防対策

感染管理認定看護師より



○感染ルート

インフルエンザの流行シーズンには、多くの感染者の手や咳・くしゃみなどからインフルエンザウイルスが様々な場所へまき散らされており、多くの人がインフルエンザウイルスを知らず知らずのうちに持ち運んでいます。そのため、共有する物品には多くの人が持っていた細菌・ウイルスが付着している可能性があります。

○家庭内での予防対策

- ①手洗いうがい
- ②ワクチン接種
- ③マスクの着用
- ④十分な休養と栄養摂取
- ⑤掃除と換気

市販されている除菌クロスや除菌スプレーを使用した拭き掃除がおすすめです！