

はしもと小児科

〒954-0112 見附市上新田町 449-7

TEL 0258-61-2400, 予約専用 61-2401, FAX 61-2402

<http://www.mynet.ne.jp/hasimoto/>

院長 橋本尚士:新潟大学医学博士,日本小児科学会認定小児科専門医,日本アレルギー学会認定アレルギー専門医



あせも



<あせもとは>

汗の出口がふさがれて炎症がおこったもので、ひたいや首のまわり、胸、背中など、汗の出やすいところに多く見られます。



(1)汗をかきっぱなしにしない

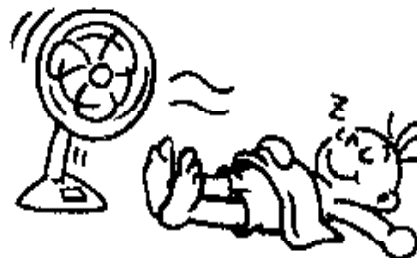
汗を吸いやすい肌着(木綿, ガーゼ)を使いましょう。汗をかいたらまめに着がえましょう。

裸でいるとかえってあせもができやすくなります。お風呂で汗を流しましょう。暑い日には、1日に朝夕2度、お風呂かシャワーに入れないと、あせもになります。必ず石鹸を使って、よごれを落としましょう。



(2)涼しくする

あせもがひどい時にはクーラーを使うのもいいでしょう。ただし、冷やしすぎない。扇風機を使ってもいいでしょう。遠くから微風で、首振りを必ず使いましょう。赤ちゃんに扇風機をあてつ放しにしないように。頭にあせもが多い子にはアイスノン枕もいいですよ。



(3)くすりをぬる

当院ではあせもローションを処方します。お母さんの指でやさしく塗って下さい。あせもがひどい時にはステロイド剤が有効です。かき壊したところには抗生物質の軟膏を処方することもあります。自己流の外用剤は禁物です。



<汗をかくことも大切なのだ!!>

人間が体温を一定に保つことができるのは、汗腺が上手に働いてくれるからです。いつも快適な環境におかれると体温調整をする必要がないので、気温の変化についていけなくなってしまいます。赤ちゃん時代にたっぷり汗をかくことは大切なことなのです。