



冬のスキンケア

冬は、肌の乾燥が気になる季節ですね。子どもの肌は、バリア機能が未熟で皮膚トラブルを起こしやすいと言われています。大人が丁寧にスキンケアをしてあげて、子どもの皮膚トラブルが起こりにくい肌を目指しましょう。

スキンケアの基本は清潔と保湿

洗剤(石鹸など)をよく泡立てて、包み込むように手で優しく洗ってください。洗い過ぎや擦り過ぎは乾燥肌の原因になるので、注意が必要です。洗剤は肌に刺激を与えないように低刺激のものを選ぶようにしましょう。

保湿のタイミング



お風呂上り



授乳や食事の前後
(口の周り)



お出かけの前後
(衣服から出ている部分)



おむつ替えの時

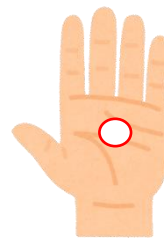
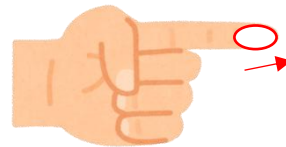


朝の着替えの時

保湿剤を塗る量の目安

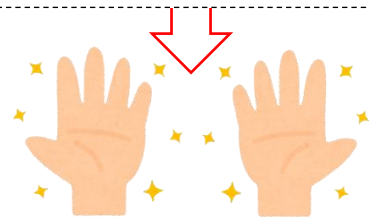
～フィンガーチップユニットを使って～

FTU(フィンガーチップユニット)とは・・・
大人の人差し指の先から第一関節まで
薬をのせた量約 0.5gが 1FTU です。
(チューブの容量が25～50gの場合)



ローションタイプの薬
1円玉の量が 1FTU に
相当します。

お示した量は、大人の手のひら約 2 枚分の面積を塗るのに適した分量の目安です。



エンゼルで保湿剤を使いたい時は・・・

主治医に相談の上、必要に応じて主治医指示書に下記の内容を記載してもらい、お持ちください。

- ・薬の名前
- ・使用量、使用回数などの指示
- ・その他使用時の注意事項など



肌と肌が触れ合うスキンシップは、幸せホルモンと呼ばれる「オキシトシン」が分泌されると言われています。オキシトシンは、ストレスや不安な気持ちの軽減につながる子どもの健やかな成長に役立つホルモンです。

スキンケアをスキンシップのひとつとして、親子で楽しんでみてはいかがでしょうか。

