## スキンケア

## 肌が荒れやすいです、日々のスキンケアって?





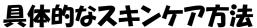
## ステロイドって使用しても大丈夫?

小さいこどもの皮膚はトラブルを起こしやすく、日々のスキンケアをどのようにしてよいか、分からないことが多いですよね。

## 知っておきたい乳児のスキンケア

- ・こどもの皮膚は厚さが大人の半分しかなく、保湿成分である 皮脂が少ないため、ドライスキンになりやすいです。
- ・ドライスキンになることで、皮膚のバリア機能が低下し、 病原菌やアレルゲンなどが侵入しやすくなります。
- ・そのためこどもの皮膚トラブル予防には、スキンケアが とても大切です。
- ・皮膚を清潔に保つために、石鹸をよく泡立てて洗い、保湿剤 をたっぷり使うことが大切です。
- ・医師の指示通りににステロイド外用薬を使用すれば、 重い副作用を 生じることはほとんどありません。
- ・厚生労働省作成の「アレルギーポータル」にも ↓ ↓ 詳しく記載してありますので検索をしてみてください。





- ★横浜市こども青少年局が発行している、 「からだの洗い方、外用薬・ 保湿剤の塗り方実践法」 に詳細が詳しく載っています。
- ★下記QRコードからもアクセスできるので 是非参照しみてください。









ご相談のある方はお電話ください 港南福祉保健センター こども家庭支援課 こども家庭相談 **847-8439** (月~金 祝日・年末年始を除く 8:45~17:00)