



夏に必見! あせも対策



暑い季節、汗をかいたあなたの肌は大丈夫ですか?
あせもは乳幼児によくみられますが、実は誰にでも起こる症状なのです。

あせもとは?

アカや脂肪、ホコリなどの汚れが、汗の出口をふさぎ、蒸発できなかったために起こる皮膚の炎症のこと。頭、顔、首まわり、背中、お尻などに症状がでます。



乳幼児のあせも

汗をたくさんかく赤ちゃんの肌は
とてもデリケート。
オムツで蒸れやすい上に、1日寝て過ごす
ことであせもになりやすいのです。



大人のあせも

肌と肌が接し、擦れたりする部分に
発症します。
特に太っている人は、あせもができ
やすいので注意が必要です。



あせもを予防するには、
体を清潔に保つことが大切です。



予防

- 汗をかいたらシャワーを浴び、こまめに着替える
- あせもを爪でかいて、バイ菌が入らないように爪は短く切っておく



乳幼児の場合

襟付き袖付きの服を着せましょう。
汗を素早く吸収できるため、肌に
フィットしたものがおすすめです。



注意! こんな落とし穴…

ベビーパウダーは、あせもの予防には
効果的ですが、あせもができた後では、
汗の出口をふさぐので、逆効果になり
ます。



あせもができれば、
悪化を防ぐためにも皮膚科
の受診をおすすめします。

