

# あきやま子どもクリニックニュース

## 2026年1月号



明けましておめでとうございます。

今年もよろしくお願いいたします。



### ○ スキントラブル

寒く乾燥する季節になり、肌の発赤、かゆみ、ざらざらなど、お肌のトラブルが増えています。

#### ■ 自宅でのスキンケア

お風呂では泡を立てて優しくなでるように洗い、泡が残らないよう、しっかりと洗い流してください。お風呂上りに保湿剤をたっぷり塗ってあげてください。(ティッシュが貼りつくくらいのベタベタ感が理想的です。)



#### ■ 受診の目安

保湿剤をたっぷりつけても、発赤、かゆみ、ざらざらが続く場合、夜も寝ながら肌を掻きむしっている場合は受診したほうが良いでしょう。

発赤、かゆみ、ざらざらは、肌に炎症が起きているサインです。炎症を抑えるステロイドの軟膏を使って治療します。



乾燥・肌荒れと思っていたら、実は溶連菌感染症だった、ということもあります。ご心配なときは遠慮なく医師にお伝えください。

### ○ 最近の流行っている病気

インフルエンザA・B、溶連菌が流行しています。周囲の流行がありましたら、医師にお伝えください。

