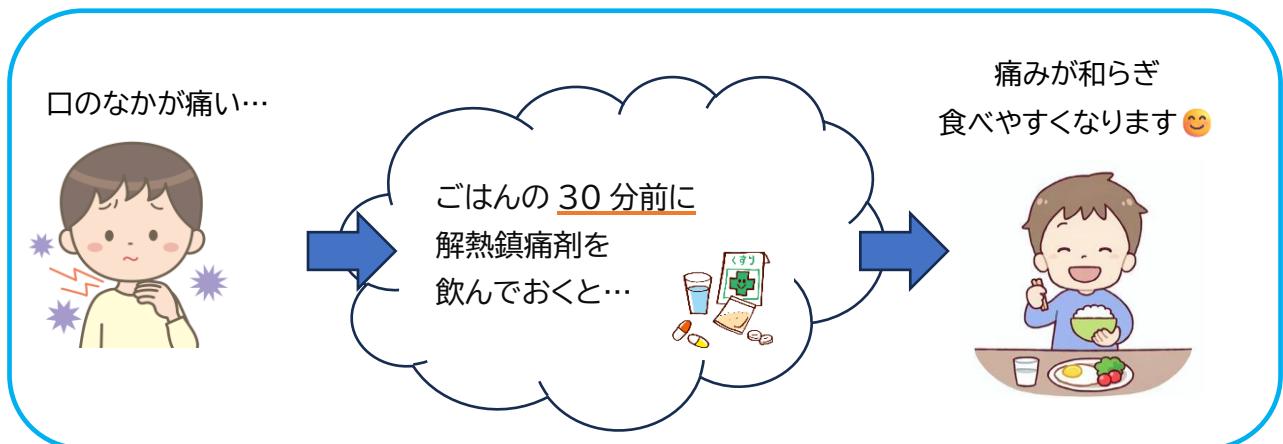


のど・口の中が痛いとき

小さいお子さんは、自分で痛みを訴えることが難しいです。

痛みがあることで、食事や水分をお口から出してしまったり、受けつけなくなったりすることがあります…💦

そんな時は、力口ナールやアセトアミノフェンなどの解熱鎮痛剤が有効です。



♥ どんなものをあげたらいいの？ ♥

① 食べ物

口の中が痛いときは、喉ごしのいいものを与えましょう

例: プリン・ゼリー・アイスクリーム・冷めたおじや・豆腐・冷めたグラタンなど
イオン飲料(OS-1・アクアイト)・氷のかけらなどもおすすめです！



② 水分

小さいお子さんは脱水が怖いので、こまめにあげるようにしましょう

例: 牛乳・麦茶・味噌汁・冷めたスープなど

※オレンジジュースなどはしみるため避けたほうがいいです

※温かいものよりも、冷たいものの方が、痛みが紓れるためオススメです！

Point

喉の炎症があるときは、「飲み込むことが苦痛になって脱水気味」になることもあります。
水分補給を最優先で考えましょう。

温かい白湯や冷たい麦茶などを少しづつでもこまめに飲ませるのがポイントです