

부모교육지원자료

물놀이 시 주의해야 할 점

장승초등학교병설유치원

더운 여름, 아이들과 함께 시원하게 보내기에는 물놀이만한 것이 없습니다. 물놀이를 더욱 신나게 즐길 수 있는 방법은 무엇인지 알고 계시나요? 바로 안전하게 노는 것입니다. 물놀이 시 주의해야 할 질병과 주의점에 대해 알아보겠습니다.

화상 장시간 햇볕에 노출되는 경우 피부가 뜨겁게 달아오르고 검게 착색되며 껍질이 벗겨지는 경우가 있습니다. 아이의 피부가 붉어지고 가려운 증상이 심해지면 찬물로 적신 수건이나 얼음주머니로 찜질해주세요. 단, 얼음을 직접 피부에 대는 것은 금물입니다. 오이나 감자 등을 갈아서 팩을 해 주는 것도 좋지만 알레르기성 피부를 가진 아이라면 2차 감염의 우려가 있으므로 삼가주세요. 물집이 잡히는 등 상태가 악화될 경우 전문의 치료를 받아야 합니다.

외이도염 외이도염은 물놀이 후 자주 발생하는 질병입니다. 귀 입구에서 고막까지 이르는 관인 외이도에 습기가 차서 염증이 생기는 증상인데, 깨끗하지 않은 물에서 놀거나 장시간 물놀이를 할 경우 걸리기 쉽지요. 물놀이 후 깨끗하게 씻고 수건으로 꼼꼼히 닦아 주는 것이 좋습니다. 귓속을 면봉으로 닦지 말고, 선풍기 등으로 말려주세요.

저체온증 물속에서 놀이하다가 입술이 파래지고 덜덜 떨며 온 몸에 닭살이 돋을 때가 있습니다. 이는 피부 혈관이 수축해서 일어나는 현상이므로, 젖은 옷을 모두 벗기고 몸의 물기를 닦은 뒤 깨끗한 옷으로 갈아입혀 더 이상 체온이 떨어지지 않도록 해야 합니다. 만약 갑자기 아이의 의식이 희미해진다면 즉시 119에 신고해 병원치료를 받게 해주세요. 저체온증을 예방하기 위해서는 물놀이 중 정기적으로 휴식을 취하고, 따뜻한 음료나 물을 섭취하도록 합니다.

