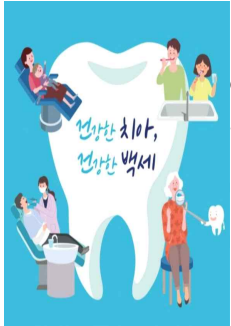




6월 9일 구강보건의 날



매년 6월 9일은 대한치과의사협회의 전신인 조선치과의사회가 1946년 6월 9일을 '구강보건의 날'로 지정한 것을 유래로 합니다. 6월 9일은 **어린이의 첫 영구치인 어금니가 나오는 시기인 6세의 6과 어금니(臼齒, 구치)의 '구'를 숫자 '9'로 변환해 조합한 것으로 6세(전후)에 나오는 구치를 보호하자는 의미입니다.**

구강건강과 면역력 향상을 위한 올바른 구강관리법 알아보기

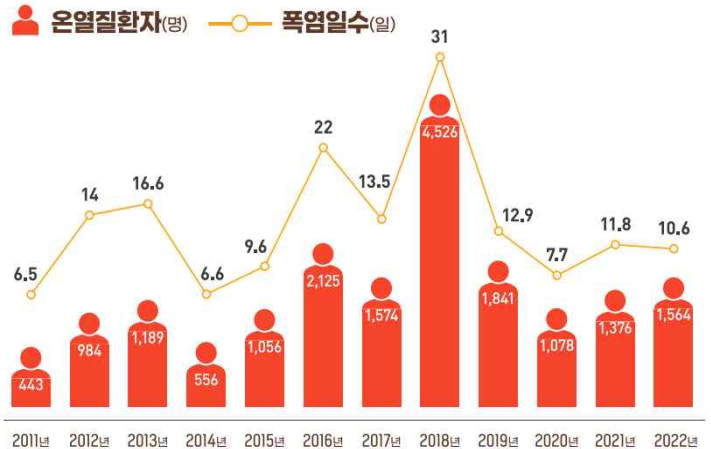
- 올바른 양치습관 갖기**
 - 치약은 완두콩 한 알 정도의 크기만큼
 - 3분 이상 꼼꼼히
 - 칫솔이나 치간칫솔 사용하기
- 칫솔의 청결과 사용주기에 맞게 관리하기**
 - 양치전후 칫솔모에 찌꺼기가 남지 않게 관리하기
 - 습기가 없는 곳에 보관하기
 - 칫솔 교체주기 1~3개월. 칫솔모가 벌어지면 즉시 교체
 - 잇몸이 약한 사람은 부드러운 칫솔모 선택
- 정기적인 치과검진 받기**
 - 충치 조기발견하여 치료받기
 - 연 1회 정기적으로 스케일링 받기

.....올바른 칫솔질 방법.....

어금니 바깥쪽 위에서 아래로 칫솔을 회전시키며 닦는다 (잇몸에서 치아방향으로)	앞니 안쪽 위에서 아래로 칫솔을 회전시키며 닦는다 (잇몸에서 치아방향으로)
어금니 안쪽 위에서 아래로 칫솔을 회전시키며 닦는다 (잇몸에서 치아방향으로)	어금니 씹는 면 잇면에 직각으로 세워 앞뒤로 닦는다
앞니 바깥쪽 위에서 아래로 칫솔을 회전시키며 닦는다 (잇몸에서 치아방향으로)	혀 닦기 뺨 쪽과 혀도 닦아준다

온열질환 대처

■ 여름철 평균기온 상승으로 온열질환자 지속 발생



■ 온열질환은 열로 인해 발생하는 급성질환

- 과도한 운동과 야외활동을 피하고
- **어린이가 차 안에 잠시라도 혼자 있지 않도록 함**



■ 온열질환 응급초지

의식이 있는 경우	의식이 없는 경우
시원한 장소로 이동	119 구급대 요청
▼	▼
옷을 헐렁하게 하고, 몸을 시원하게 함	시원한 장소로 이동
▼	▼
수분 섭취	옷을 헐렁하게 하고, 몸을 시원하게 함
▼	▼
개선되지 않을 경우, 119 구급대 요청	병원으로 후송

<출처: 질병관리청 국가건강정보포털(health. kdca.go.kr)>

영유아의 성교육 이렇게 해주세요!

< 학부모와 함께하는 성교육 >

흔히 일어날 수 있는 상황 및 행동



남녀의 성적 특징에 대한 호기심에서 비롯된 도래 엿보기 등 일상적인 성 행동

성 행동 지도 방법



· 자연스러운 호기심의 표현이므로 일시적 행동으로 반응
· 연령에 적합한 성교육을 통해 남녀 신체의 차이를 알려주는 등 관심을 해소시켜줌

다른 사람의 관심과 주목을 끌기 위해 시도하는 보여주기, 엿보기 등 성 행동

· 성 행동에 주목할수록 자꾸 하려고 하므로, 남에게 피해를 주지 않으면 무시하는 것이 필요
· 유아의 이야기를 잘 들어주고 관심과 애정을 표현



자신의 신체 탐색 중 우연히 하는 성기 자극 등의 성 행동



· 다양한 흥미 중 하나로 나타나는 행동이므로, 흥미를 보일만한 놀이로 관심 전환

흔히 일어날 수 있는 상황 및 행동

쉽게 잠들지 못하거나 놀이를 찾지 못하는 지루한 상황에서 하는 성 행동



성 행동 지도 방법

· 편안한 분위기에서 잠들 수 있도록 재워주고, 흥미있는 놀이를 찾아 놀이상대가 되어줌



갑작스런 양육 환경의 변화로 인한 불안감에 의해 나타난 성 행동

· 불안감 해소를 위해 부모면담으로 안정적인 양육환경을 마련
· 흥미 있는 놀이에 참여할 수 있도록 지속적인 관심을 가짐

놀이 중 성 역할에 대한 모방행동으로서 표현하는 성 행동

· 역할에 대한 표현행동 중 하나로 인정하면서 다양한 역할표현이 함께 이루어지도록 지원해줌



성적 자극이 많은 환경으로 인해 성에 대해 강한 흥미와 관심을 표현하는 성 행동

· 성과 성기에 대한 관심이 높아진 상태이므로, 남녀성기의 차이점에 대해 성교육 뿐 아니라 개별적으로도 알려주며 관심 수용
· 흥미를 가질만한 놀이를 제공하여 관심을 다른 곳으로도 확산시켜줌

◆ 영유아 성 행동은 성 개념을 획득하는 과정에서 시도하는 탐색적인 행동입니다.

==> 영유아의 성 행동 대부분은 발달 상 나타나는 행동특성과 유사하게 개방적인 공간에서, 호기심에 의해, 일상적으로 자연스럽게 나타납니다.

◆ 영유아의 성 행동 발견 시 어떻게 해야 할까요?

==> 영유아의 성 행동이 흔히 일어날 수 있는 일상적인 상황을 잘 살펴서 '우려할 또는 위험한 수준'의 특성이 나타나는지 관찰 및 주의가 필요합니다.

<출처: 중앙육아종합지원센터>

슬기로운 의약품 복용

1. 의약품은 반드시 의사, 약사 등 전문가의 판단에 따라 필요한 경우에만 사용하기
2. 의약품을 사용하기 전 의약품 이름, 모양, 사용기한 확인하기

알약	미개봉시 사용기한까지
시럽	개봉 후 약 1개월
연고	개봉 후 약 6개월
안약	개봉 후 약 1개월
처방약	처방일수까지

3. 의약품의 정해진 용량 및 용법을 지켜 물과 함께 복용하기
4. 의약품 보관 방법 지키기



5. 의약품은 약국에서 약사에게만 구입하기
6. 자신에게 처방된 약만 먹기
7. 부작용이 나타나면 복용을 멈추고 병원가기

여름철 식중독 조심하세요!



2023. 6. 7.

익 산 숨 리 유 치 원 장