

# 赤ちゃんよくある Q&A



: 病院に相談する目安

## ◎臍について

根元をしっかりと消毒しましょう。(持ち上げながら臍全周囲)

生後 1~2 週間で乾燥して取れます。

(個人差がありますが 1 カ月以内)

臍が取れた後は黄色い滲出液が止まりしっかり乾くまで消毒しましょう。



: 臍の周囲が赤く、ジクジクしているとき、変な臭いや出血が続くとき、肉芽(赤い肉の様な塊)があるとき

## ◎眼脂(めやに)

湿らせたガーゼか清浄綿でふき取ってあげましょう。(目頭から目尻の方へ一方向。目やにを拭き戻さない)

: 目やにがたまって、目が開かない・目やにや充血などの症状が数日経っても良くならないとき

## ◎しゃっくり

赤ちゃんの横隔膜は大人に比べ未発達なので、刺激を受けやすくしゃっくりがでやすいです。無理に止める必要はありません。

対処方法: ゲップさせる、母乳・ミルクを飲ませる、落ち着くようにやさしく抱っこする

## ◎発熱

赤ちゃんの平熱は 36.5~37.5℃です。

体温調節機能が未熟なので室温や衣類、泣いた直後などによって体温が変化しやすいです。37.5℃以上ある場合、まず室温を下げる、衣服の枚数を減らすなど環境を調整して 30 分後に再度検温してみましょう。

: 室温、衣服の枚数を調整しても 37.5℃以上が続くとき  
哺乳量や哺乳回数が少なく元気がないとき

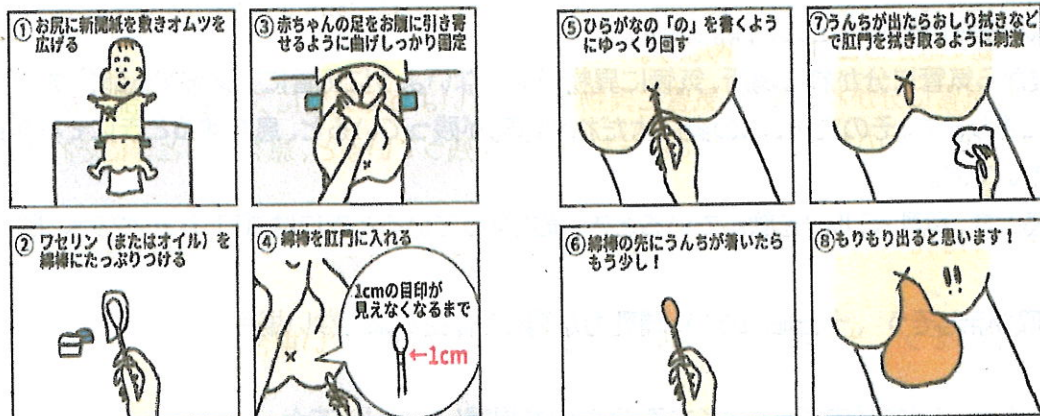
## ◎排便

新生児期(生後 28 日以内)は 1 日 1~8 回前後のうんちが出ます。

生後 1 カ月以降、1 日 1 回程度になることが多いです。どの時期も排便回数は個人差があります。

便秘時の対応→ お腹を「の」の字を描くようにマッサージ

・綿棒刺激: ベビーオイルやワセリンを含ませた綿棒を 1~2 cm 肛門に挿入して円を描くように動かして刺激してみましょう。(下図参照)



: 便秘時の対応しても 3~4 日以上排便がない、不機嫌、母乳・ミルクの飲む量が減る、吐きやすいとき

## ◎乳児湿疹(脂漏性湿疹)

生後3ヵ月頃までの皮脂腺が活発な時期に起きやすいです。

過剰な皮脂が酸化した赤いプツプツや、黄色っぽいかさぶたのようなものです。湿疹が出やすい場所は頭、顔周り、背中、お腹など広範囲です。



**対処方法:**よく泡立てた石鹸で洗い、保湿剤で根気強くスキンケアをしましょう。

 :赤みが広がってきたり、滲出液や膿などが出てきているとき

## ◎黄疸

○生理的黄疸:生後2、3日後に白目や肌が黄色になり生後1週間目以降は自然になくなっていきます。

○母乳性黄疸:2~3週間(もしくはそれ以上)継続することがあります。

 :白目や顔色の黄色みが強くなってきたとき、哺乳ができない、うんちが白っぽい、うんちの量が少ない、体重増加が乏しい、いつも眠そうで元気がない

## ◎鼻閉感

赤ちゃんの鼻は短く高さもないので鼻腔(鼻の内部)が狭いです。

また鼻の粘膜が敏感なので、気温の変化などちょっとした刺激で鼻水が出て鼻づまりを起こします。

上記の理由により鼻がつまっているだけでは病気とは限りません。

**対処方法:**・鼻の手入れをしてあげましょう。

鼻の入り口に綿棒を先端だけ入れ、鼻くそを綿棒の先からめとるようにします。

・加湿:湿度50~60%が目安

 :哺乳時に鼻づまりが苦しいため口を離してしまう、もしくは哺乳量や回数が減ってしまうとき



熱・不機嫌・眠れないなど鼻づまりのほかにも症状があるとき、眠っているときに口呼吸している

## ◎くしゃみ

新生児は鼻毛が少なく、ささいなものが鼻を刺激しくしゃみが出ます。鼻水が出ない、繰り返さないくしゃみは、ほとんどが生理現象です。

### 赤ちゃん特有のくしゃみの原因

空気の乾燥・冷気を感じた・太陽の光を感じた



 :発熱、母乳・ミルクの飲む回数・量が減っている、咳、鼻水などの風邪症状がある場合

## ◎喉がゴロゴロ鳴る

赤ちゃんは喉の組織が柔らかいため、息を吸ったときに喉が空気と一緒に肺のほうに吸いこまれてしまうことがあります。その振動で喉がゴロゴロと鳴ります。

また喉の奥から気管に分かれる場所、気管に異物が入らないように気管にフタをする部分が、大人と比べ非常に高い位置にあります。そのため、喉の奥によだれや母乳が残っていると、息をするときにそれが振動し、ゴロゴロ音が出やすいです。

泣いているとき、母乳・ミルクを飲んでいるとき、横になっているときにはゴロゴロしやすく、眠ったりすると落ち着きます。

 :呼吸が苦しそう、十分眠れない、哺乳力が弱くて体重が増えない場合

☆当院のホームページにも「赤ちゃんよくあるQ&A」を掲載しております☆