

6 赤ちゃんの異常

生まれたばかりの赤ちゃんによく見られる症状は様々ですが、お母さんの心配のしすぎの事も多いようです。1つだけの症状に惑わされず、全体の様子から判断しましょう。

心配ない時		心配な時
<ul style="list-style-type: none"> ・機嫌が良い。 ・顔色が良い ・普段と変わらず、目がイキイキしている。 	顔色 <ul style="list-style-type: none"> ・ 表情	<ul style="list-style-type: none"> ・機嫌が悪い。 ・顔色が青白くて、生気がない ・黄疸が強くなって、ひきつける。 ・ぐったりしている
<ul style="list-style-type: none"> ・泣き声大きい。 ・抱っこすると泣きやむ。 	泣く	<ul style="list-style-type: none"> ・激しく、ひっきりなしに泣く。 ・呼吸があらくて、苦しそう。
<ul style="list-style-type: none"> ・おっぱい、ミルクをよく飲む。 ・吐いた後、機嫌が良い。 ・手足の動きが活発。 	食欲	<ul style="list-style-type: none"> ・食欲がない。 ・哺乳力が悪い。
<ul style="list-style-type: none"> ・下痢便だが、食欲もあり、体重も増えている。 ・便秘で苦しそうなときは、綿棒で肛門を刺激してみましょう。 	便の状態	<ul style="list-style-type: none"> ・便に血や粘液が混じっている。 ・尿がでない。 ・がんこな便秘。
<ul style="list-style-type: none"> ・熱が38度くらいあっても、おっぱいをよく飲む。 	熱がある	<ul style="list-style-type: none"> ・微熱でも機嫌が悪かったり、嘔吐している。 ・発熱時、または解熱後に発疹がでる。

7 退院後の赤ちゃん

産後順調に回復したお母さんも、退院後は育児に戸惑うことも多く、産後の疲れが出る場合があります。赤ちゃんにもそれぞれ個性があり、育児は思うようにはいかないものです。ゆっくりと、のんびりと、かけがえのないこの時間を楽しめたらいいですね。

(1) 赤ちゃんの環境

1) 部屋

日光を十分に取り入れ、外気温との差が5℃以内になるように保ちましょう。

2) 換気

時々換気を行います。」ただし、すきま風、通し風には十分に注意しましょう。

3) 冷暖房の使用

☆扇風機・クーラーを使う場合は、直接風があたらないように壁に風を当て、反射風を利用しましょう。

☆湯たんぽを使用する場合は、足元から15cm以上離して時々背中に手を入れ、汗ばんでいないかを調べましょう。また、ホットカーペットやこたつは使用しないようにしましょう。

4) 寝具

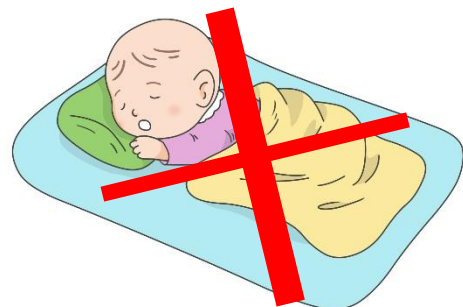
敷布団は硬くクッションの少ないもの、掛け布団は軽いものを使用しましょう。

5) 衣類

気温に合せ、適宜着衣を調整し薄着で育てましょう。清潔と乾燥が大事です。日光によく干しましょう。新しい衣類は洗濯して使用しましょう。

(2) 事故の予防

- 1) 赤ちゃんの休むところでは周りの棚の上に物を置かないようにしましょう。
- 2) 幼い兄弟がお菓子を食べさせたり、お風呂に入れたりといった思いがけないことに気を付けましょう。
- 3) タバコの煙、焼き物の煙で室内の空気が汚れていては赤ちゃんが苦しみます。
- 4) 添い乳、添い寝での窒息に気をつけましょう。
- 5) 腹ばい（腹臥位）も危険です。



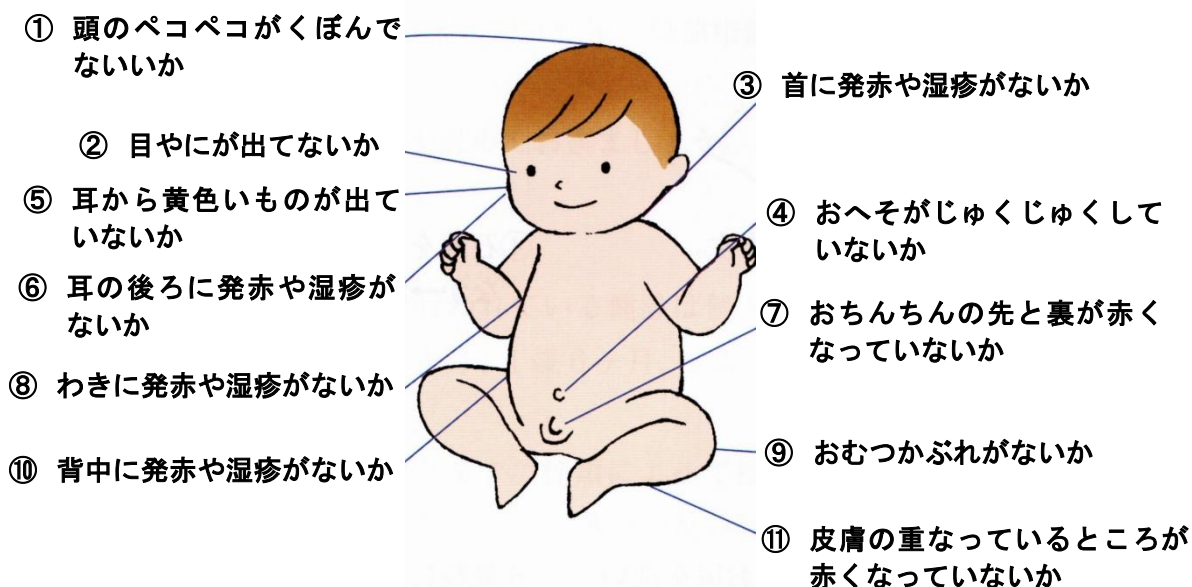
(3) 感染の予防

- 1) 1ヶ月ぐらいは赤ちゃんに接するときは手洗いをして、抱っこしたり飲ませたりしましょう。
- 2) 外出から帰宅したら、手洗いうがいをして赤ちゃんに触れましょう。
- 3) 熱のある人、風邪などの感染症にかかっている人は、赤ちゃんとの接触を避けましょう。

(4) 沐浴

身体を清潔にし、血液循環を良くするというだけでなく、赤ちゃんの全身を観察する良いチャンスです！

●全身チェックのポイント！



1) 時間・場所

- ①授乳後1時間～1時間半で、空腹時・満腹時を避けましょう。
- ②沐浴時間は5分ぐらいとします。
- ③冬場はなるべく昼間の暖かい時間帯や場所に入れましょう。
- ④隙間風の入らない場所がよいでしょう。

2) お湯の温度

- ①冬→39～40℃
- ②夏→38～40℃

3) 沐浴の準備

- ①ベビーバス
- ②湯温計
- ③石鹸
- ④ガーゼ
- ⑤バスタオル
- ⑥着替え一式
- ⑦洗面器

4) 沐浴の順序

①タオルや肌着などを胸元に掛け、足元からゆっくりとお湯につけてあげます。



②ガーゼを固く絞り、目元から順に拭いていきます。拭くたびにガーゼの場所を変えましょう。



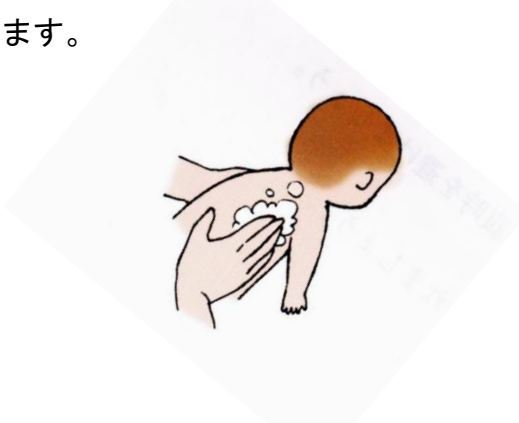
③石鹸をよく泡立て髪を洗います。



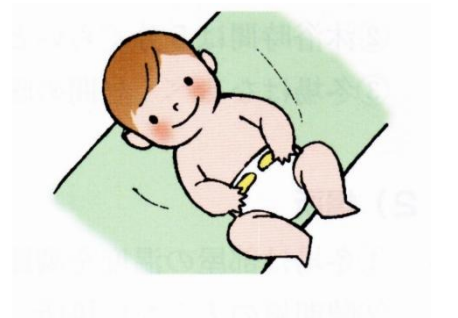
④石鹸をよく泡立て、首→胸→腕→おなか→足の順に洗う



⑤身体の向きを変え、背中とお尻を洗います。



⑥最後に掛湯をし、バスタオルの上で押さえるようにして水分を拭き取ります。おむつをして衣服を着せましょう。



※生後1ヶ月健診を過ぎたらそろそろ家族風呂でも良いでしょう
(1番最初のきれいなお風呂に入れてください)

次のようなときには沐浴はやめましょう。

- ☆が37.5℃以上ある
- ☆下痢、湿疹が続いてる
- ☆母乳・ミルクを繰り返し吐く
- ☆機嫌が悪く、具合が悪そう(何となくだがいつもと違う)

(5) 健康診断と予防注射

1) 1ヶ月健診

①生後1ヶ月経ったら小児科で診察を受けましょう。(退院時予約)

その後も1年以内は少なくとも生後3ヶ月、5~6ヶ月、9ヶ月時に1回は健診を受けましょう。(日南市では乳児一般健康診査受診票を2回配布しています)

②かかりつけの小児科医を決めておきましょう。

2) その他の健診

保健所や市町村役場で行われている健診は個人通知、または広報にて連絡されます。(生後3ヶ月、6ヶ月、1歳6ヶ月、3歳)

3) 予防接種

市町村役場より通知がきます。種類によって接種の時期が限定されているものがありますので注意しましょう。(連絡のない時は問い合わせましょう)

(6) 母子健康手帳

☆入院時に母子手帳をお預かりします。退院時に分娩や産後の経過、赤ちゃんの状態を記録してお返しします。

☆小学校入学までの健康記録です。かかった病気も記入しましょう。

☆予防注射、健診の時には必ず持参しましょう。

☆次回の妊娠・分娩の参考になります。大切に保管しておきましょう。

(7) 各種の届出

1) 出生届

出生後2週間以内に市町村役場に届出をします。

母子手帳、印鑑、届出用紙(当院でお渡しします)を持参してください。

2) 健康保険加入

出生届と同時に手続きをしましょう。