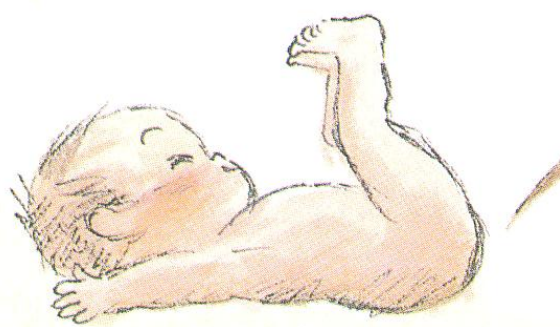


# 新生兒



## 新生児の生活

生後1か月までの赤ちゃんを新生児という。

この時期は、お母さんのお腹の中から外の生活に慣れるための大切な時期で、まだまだ生活能力が不安定で抵抗力が弱く、お母さんやお父さんの手助けをより必要とする。

### 1. 気を付けてね

- ① 赤ちゃんに触れるときは、よく手を洗うこと。
- ② 発熱、強い咳、下痢などがある人との接触は避け、赤ちゃんの居る部屋でタバコを吸ったりしないこと。
- ③ 赤ちゃんは病気になると急変しやすいので、ふだんからかかりつけの小児科を決めておき、心配なことがあれば早めに診てもらおうこと。
- ④ 時間外(夜間・休日)でかかりつけ医に診てもらえないときは、救急医療情報センター(088-825-1299)に電話すれば当番の小児科を紹介してもらえる。

### 2. 新生児の特徴

- 姿勢** 手はW字型、足はM字型。  
子宮の中でのなごりで、伸ばす筋肉より曲げる筋肉が強いからである。
- 頭** 産道を通るときに、変形したりコブのような産瘤ができることもあるが、数日で元にもどる。  
大泉門といって、頭の前の方にペコペコする所があり、赤ちゃんの脳が発達するために頭蓋骨が開いている。1歳半頃には自然に閉じるので、強く押しついたりしないこと。赤ちゃんの頭の骨は柔らかいので、ときどき向きを変えた方がよい。
- 落屑** 生後2～3日頃から手足の皮膚が乾燥し、表皮が裂けたりヒビ割れたりする。自然にきれいになるので、無理してはがさないこと。
- 黄疸** 皮膚が少しずつ黄色くなる。生後2～3日頃から目立ち始め、5～6日頃にピークになる。時には治療が必要になることもあるが、普通は生後2週間くらいから徐々にひいていく。母乳で育てていると長引く傾向があるが(母乳性の黄疸)、1～2か月すれば治る。  
黄色が少しずつ薄くなっている、元気でお乳を飲む、便の色が黄色又は少し緑色なら大丈夫である。

- 体重** 生理的体重減少といって、生後3～4日頃までに生下時体重の3～10%減少し、7～10日で元の体重にもどる。尿や便の排泄、体表面からの水分の発散のためで、哺乳量が増えるに従って元にもどる。生後1か月で500～1000gくらい増える。
- 体温** 体温は、36.5℃～37.5℃くらいが正常である。赤ちゃんは環境温度に左右されやすいので、部屋の温度や着衣に注意する。哺乳時、哺乳直後、啼泣時、入浴直後などに一時的に体温が上昇することがある。時々体温を計って、赤ちゃんの平熱を知っておくとよい。
- 便** 胎便 — 出生後～2日頃に暗緑色で無臭の便が出る。  
移行便 — 2～3日頃から胎便に黄色が混じった便になる。  
乳便 — 3～4日以後は黄色い泥状便になる。少し緑がかっていることもある。  
1日、3～5回以上の便が出る。オムツを替えるたびに出る場合もある。人工乳の赤ちゃんは、便の回数が少なかったり硬かったりする。
- 尿** 1日に6回以上出る。尿酸塩尿といって橙色尿の出ることもあるが、心配はいらない。
- 眼** 25～30cmの距離なら見えている。  
特に顔、その中でも瞳(黒目)は見えやすいといわれている。
- 耳** 耳は聴こえていて、お母さんの声や物音に反応する。



### 3. 赤ちゃんの環境

#### 理想的な部屋

- ① 日当たりがよい。
- ② 室温の調節ができる。(夏—27℃前後 冬—20℃前後)
- ③ 換気ができる。
- ④ 人の出入りが少なく、通り道でない。
- ⑤ 清潔で安全。

#### 気を付けること

- ① 風邪など感染の可能性のある人には近づかない。
- ② タバコなどで部屋の空気を汚さない。
- ③ 掃除をするときは、赤ちゃんを別の部屋に移す。
- ④ 冷暖房の風を直接赤ちゃんに当てない。
- ⑤ 暖房するときは、部屋が乾燥しすぎないようにする。
- ⑥ 電気毛布、電気こたつ、ホットカーペットの使用は、低温やけどや脱水の原因になるため避ける。湯たんぽの使用は、湯の温度に注意し、栓が十分に閉まっていることを確認し、足先から20cmほど離して使用する。

**衣服** 寝ているときの衣服の枚数は、夏1枚、冬2～3枚、春秋2枚が目安。  
気温の変化に合わせて素材を変えるとよい。  
着脱しやすいデザインを選び、通気性、吸湿性に優れた綿素材がよい。

**布団** 敷布団は、硬めのものを使用する。  
掛け布団は部屋の温度により、枚数や厚さを調節すること。  
布団はこまめに干すこと。  
布団にはシーツを掛け、バスタオルをうまく利用する。

**オムツ** 授乳の前後、赤ちゃんが泣いたときなどには汚れていないか見ること。  
便で汚れているときは、湿った綿花や市販のオシリナップで拭く。  
股関節脱臼予防のため、足が十分開くように当てること。



## 4. よく見られる不快な症状と対処の仕方

- 泣く** ※理由として
- ・オムツが汚れて気持ちが悪い。
  - ・お腹が空いている。
  - ・のどが渴いている。
  - ・どこかが痛い。
  - ・寒すぎる、暑すぎる。
  - ・布団や衣類がきつすぎる。



### <対処の仕方>

赤ちゃんが泣けばオムツを見る。お腹が空いていれば母乳やミルクを飲ませる。体調は悪くないのにそれでも泣き止まないときは、抱き癖など気にしないで抱いてあげるとよい。「要求を訴える泣き」は、できるだけ要求を満たしてあげること。それにより、自分が泣くことで人を動かして要求を満たしてもらえという体験をし、生きていく自信や母親への信頼を身につけていく。

- 吐乳** 赤ちゃんの胃は、牛乳ビンを立てたような形をしていて筋肉のしまりが弱いので、とても吐きやすい。

### <対処の仕方>

- ① 授乳の後は、必ず排気(ゲップ)をさせる。
- ② 排気(ゲップ)をしないときは、顔を横向けて寝かせる。
- ③ 飲ませ過ぎないように量を調節する。
- ④ 吐く回数や量が多い、元気がない、飲みが悪いなどのときは受診する。

- 発熱** 38.0℃の熱があっても一時的な場合があるので、30分～1時間して再度測る。37.5℃以下に下がっていれば病気でないことが多い。

### <対処の仕方>

- ① 着せすぎしていないか、部屋の温度が高くないかなどを確認する。
- ② 授乳量が不足していないか確認する。
- ③ 1時間しても38.0℃以上の熱があるようなら、発熱と考え病院を受診する。特に、新生児期では急変し入院が必要になることもある。

**下痢** 赤ちゃんの機嫌がよく、母乳やミルクをよく飲み、尿もよく出ていれば病的でないことが多い。特に、母乳栄養児では便が水っぽいことがある。

<対処の仕方>

- ① 急に便の性状が変わり、母乳(ミルク)の飲みが悪くなり、元気がなくぐったりしたり、熱が出たりすれば受診すること。

### オムツかぶれ

オムツかぶれは、赤ちゃんの皮膚に尿や便が付着しておこる皮膚炎である。

<対処の仕方>

- ① まめにオムツを交換する。
- ② お尻をきれいに拭く。番茶で拭くのも効果的。汚れがひどいときにはぬるま湯で洗うのもよい。
- ③ お尻を拭いた後は乾燥させる。
- ④ ベビーパウダーはかぶれの原因になることもある。
- ⑤ 布オムツはすすぎを十分にする。
- ⑥ ひどいようなら受診する。

**便秘** 便が1～2日出ないことはたまにあるが、できれば便は毎日出た方がいい。

<対処の仕方>

- ① 哺乳力がよく機嫌が良ければ様子を見る。
- ② 便が1～2日出なければ、腹部マッサージや肛門刺激をする。
- ③ 飲みが悪い、嘔吐する、機嫌が悪い、腹部の膨満があるようなときは受診する。

#### 綿棒による肛門刺激の仕方

赤ちゃんの両足を赤ちゃんのお腹の上方に固定して、ベビーオイルをつけた綿棒を肛門より1～2cm 入れて刺激する。すぐに便が出る場合と時間を置いて出る場合がある。



**鼻閉** 赤ちゃんの鼻腔は狭いため、冷たい風や空気中の埃などによって鼻が詰まりやすい。また鼻くそが溜まっても口で呼吸ができないため苦しくなる。

<対処の仕方>

- ① 綿棒で鼻掃除をする。
- ② 母の口や鼻吸い器で吸う。

### のどが鳴る

喉頭蓋が柔らかいため、息を吸うとゼイゼイと音がすることがあるが、成長するにしたがって自然に治る。

<対処の仕方>

- ① 呼吸が苦しそうだったり、唇が紫色になるようなら受診する。

**しゃっくり** お腹がいっぱいになると、胃が横隔膜を刺激してしゃっくりが起こるが赤ちゃんにはよくあることで心配ない。

**眼やに** 白っぽい眼やには生理的なもので、黄色いのは感染によるものである。

<対処の仕方>

- ① 水や湯に浸したガーゼもしくは綿花で、眼やにを拭き取る。
- ② ベトベトして目が開かないほど多いときは受診する。

**湿疹** 生後2～3週間頃より、頬や眉毛にニキビのような湿疹ができやすくなる。生理的な反応で2か月くらいすればよくなる。

<対処の仕方>

- ① 皮膚の清潔を保ち、顔の脂分をとる。
- ② 顔も石鹸で洗う。
- ③ 沐浴時以外でも顔を拭くこと。

**あせも** 室温が高すぎたり着せすぎたりすると汗をかき、汗で汚れたままの皮膚や肌着でいると、あせもができる。

<対処の仕方>

- ① 体をお湯で拭いたりして、皮膚を清潔に保つようにする。
- ② 汗で汚れた衣類はこまめに交換する。

**驚口瘡** 口の中に白い乳カスのようなものができ(口の中にできたカビ)、口の中が痛いので哺乳力が落ちる。

<対処の仕方>

- ① 口の中を綿棒で擦ってみて、すぐにとれるようなら乳カスだが、取れにくいようなら受診すること。