







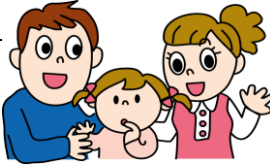












赤ちゃんの身体の変化と生活

	0日目(出生当日)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	1ヶ月	2ヶ月	
体重			出生後より10%程減少します。(生理的体重減少)						元の体重に戻ります。	出生時より約1kg増えています。	
黄疸			身体や顔が黄色くなります。(生理的黄疸)						20~30g/日ずつ増えていきます。少しずつひいていきます。		
皮膚	鼻の頭の白いブツブツはママのお腹の中で成長してきた証拠です。		皮膚が乾燥し始め、めくれてきます。					母乳を飲んでいる赤ちゃんは少し長びきます。頭や髪の毛の生え際などに黄色くてベタベタした発疹ができることもあります。(脂漏性湿疹)			
おへそ	水分を含みブヨブヨしています。		少しずつ乾燥していきます。				自然に取れます。				
うんち	胎便 濃い緑で岩のりの様にドロっとしています。 	移行便 きみどり色のようになります。 	乳便 黄色っぽくなります。ツブツブが混じることもあります。 	1回/日以上あります。							
おしっこ		10~20回/日あります。時々、レンガ色の尿が出ることがあります。(尿酸の影響です。)									
生活		ビタミンKのシロップを飲みます。 	赤ちゃんを抱っこしたり、オムツを替えたり優しく声をかけてあげましょう。 	血液検査をします。(※) 	退院 		1ヶ月健診 健診でビタミンKシロップを飲みます 	1ヶ月健診 健診でビタミンKシロップを飲みます 少しずつお散歩を始めていきましょう。お風呂は大人と同じ浴槽で一番湯に入れてあげましょう。			

(*) 血液検査.....血液型、先天性代謝異常スクリーニング、黄疸

赤ちゃんの身体

★体温

赤ちゃんの体温は、36.5～37.5°Cくらいです。平熱には、個人差があります。

入院中から赤ちゃんの体温をはかってあなたの赤ちゃんのだいたいの平熱を知っておきましょう。

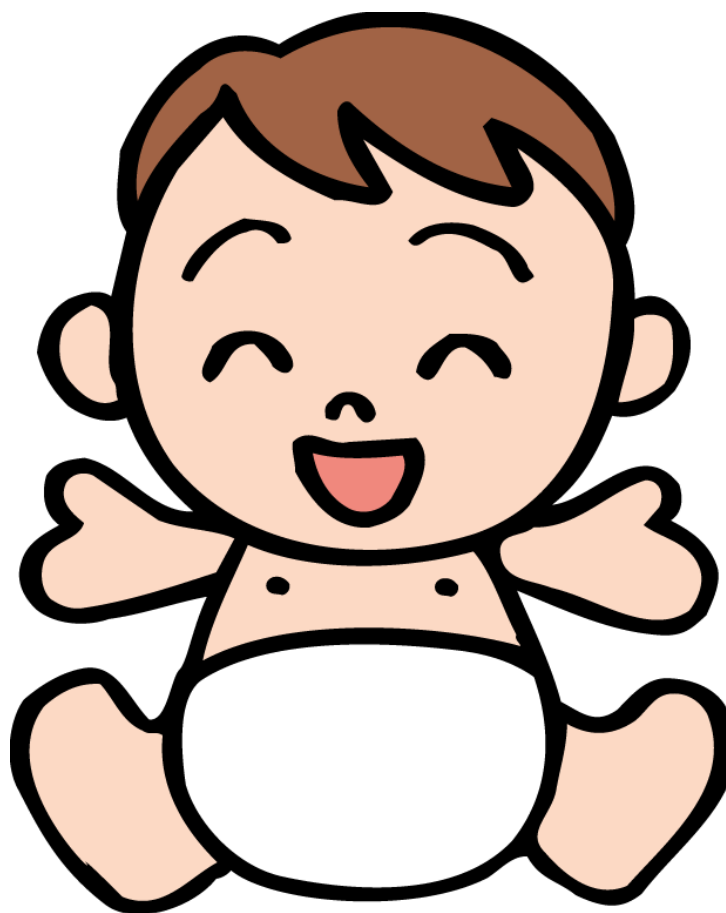
★頭

赤ちゃんの頭の前側には大泉門、後側には小泉門という頭蓋骨がふれない部分があります。通常、盛り上がったりへこんだりしておらず、見た目ではわからない状態です。

大泉門は1歳6ヶ月頃、小泉門は3～6ヶ月頃までに閉鎖します。

★うぶ毛

生まれて、しばらくはほぼ全身にみられますが、自然と薄くなります。



★姿勢

赤ちゃんは普段、お母さんのお腹の中にいた時と同じように、腕はW字型に、足はM字型に曲げています。

元気がない時には、手足をだらりとして、このような姿勢がみられません。

★反射

赤ちゃんは、大きな音がなったり、急な体の振動や揺れがあると、手足をぶるぶると震わせるという反射的な運動をします。

これらの反射的な運動は、生後4、5ヶ月頃には見られなくなります。

赤ちゃんの異常症状

★熱がある・身体が熱い(体温37.5℃以上)

赤ちゃんは室温などの環境により、体温が変動します。洋服や室温の調節で熱が下がるようなら様子をみましょう。脱水に注意し、水分を少量ずつこまめに与えましょう。食欲がない・元気がない時には受診しましょう。

★嘔吐

赤ちゃんは大人と違い、胃が未熟なため、吐きやすくなっています。機嫌、哺乳力、体重増加がよければ心配ありません。元気であれば様子をみましょう。水分を少量ずつから与えましょう。吐く回数が多い、噴水のように勢いよく吐く、熱がある、おなかをさわると嫌がる、泣く時には受診しましょう。



★下痢

下痢の時には水分を中心に与えましょう。熱がなく食欲があれば、様子をみましょう。発熱、回数の多い下痢、水分(おっぱい)を飲まない、飲んでも吐く時には受診しましょう。

★おへそがジクジクする

市販の消毒液を綿棒につけ消毒しましょう。膿・出血・おへそ周囲が赤くなるようであれば受診しましょう。

★便秘

おなかを「の」の字にマッサージしましょう。綿棒の先にベビーオイルをつけて、肛門を刺激してみましょう。

★脱水症状

赤ちゃんは発熱や下痢、嘔吐が続くと脱水になりやすくなります。唇や舌が乾燥する・顔色が悪い・尿が12時間以上出ない・ぐったりとしている時には受診しましょう。

★湿疹

湿度が高い時に起こしやすいので、こまめに汗を拭き、清潔にしてあげましょう。湿疹の出ている所がジクジクして、赤ちゃんの機嫌が悪くなる時には受診しましょう。

★脂漏性湿疹

顔やわきの下などの汗や脂をきれいに拭き取りましょう。悪化しないように、石けんで洗い、清潔にしてあげましょう。

赤ちゃんの普段の様子を知っておきましょう。「いつもと違う」と感じた時は注意しましょう。