

教えて先生！

Q&A



子どもの病気や悩みに関する素朴な疑問に
市内の小児科の先生がお答えします！

Q 乳児にハチミツを与えない方がいいと聞きましたが本当？

A 本当です。
ハチミツにはボツリヌス菌という菌の芽胞が5～10%程度混入しています。大人の胃の中ではボツリヌス菌は増殖しませんが、赤ちゃんの胃では増殖し、ボツリヌス菌の中毒を引き起こし、重篤化すると命にかかわることもあります。

1987年に厚生労働省は1歳未満の乳児にはハチミツを与えるべきでないという通達を出しています。

Q 湿疹がひどくアレルギーが心配なのですが、アレルギーテストをしたほうがいいですか？

A 小児科医は、湿疹の程度とスキンケアの効果や家族歴によってアレルギーテスト(血液検査)をするかしないかを決めています。

赤ちゃんの皮膚は、大人より薄く敏感ですので、アトピー性皮膚炎がなくても、かぶれたり乾燥したり皮膚炎になったりしやすいです。

治りにくかったり、皮膚炎を繰り返す時はアトピー性皮膚炎の場合があります。軽い場合は保湿剤や軽い副腎皮質ホルモン剤入りの軟膏でスキンケアをしている間に成長とともに治まることもあります。ひどくなる前に一度、小児科医にご相談ください。

アレルギーテストは、参考にはなりますが、陽性だからといって食物制限の根拠とはなりません。

Q 生後6か月頃までは、ママからの免疫があるので感染症にかからないって本当？

A 間違いです。
生後6か月頃までは、ママがかかった感染症の免疫をいっぱい貰っているので感染症にかかりにくいのですが、なかには、ママから十分に貰えない免疫もあるので、髄膜炎などの重症な感染症を引き起こしやすい傾向があります。

平成23年1月から、生後2か月以上の赤ちゃんに、髄膜炎予防ワクチンが公費負担で無料で受けることができるようになりました。

1歳までの予防接種は、赤ちゃんがかかると重症になりやすい感染症を予防するものばかりです。早めに接種しましょう!!

Q 風邪をひいたらお風呂はだめ？

A 熱がなくて元気ならお風呂はOKです。
熱のピークが過ぎて、37.5度～38.0度以下になり食欲もあって元気ならお風呂に入っても大丈夫です。お風呂に入れない時は、温かいお湯を浸したタオルで体を拭いてあげるといいですね。

Q 下痢の時の食事の注意は？

A 母乳をあげている赤ちゃんなら母乳だけにしましょう。母乳を飲まないときは電解質入りの飲み物を少しずつ頻回に与えましょう。一番のおすすめは経口補水液ですが、なければ乳幼児用スポーツドリンクでも大丈夫です。便が少し固まってきたら、母乳や少し薄めたミルク、重湯、幼児ならおかゆや良く煮込んだうどん、みそ汁やスープなどを与え始め、豆腐、野菜、魚などを加えていきます。便と同じくらいの固さの食べ物が基本です。

避けた方がいい物は、油、乳、卵製品、繊維質が多いものです。ミルクを飲んでいて下痢が止まらないときは、下痢用のミルクがありますので小児科や薬局で相談してください。

Q おっぱいを飲んだ後、ゲップがでないとき、ほうっておいても大丈夫？

A 機嫌がよければそのままでも大丈夫です。そのうちにオナラとなってでてきます。赤ちゃんは、生後6か月くらいまでは、呼吸をしながらおっぱいやミルクを飲むので、空気も飲み込んでしまいゲップが出やすいのです。

ゲップが出ず吐きやすい場合や体重が増えにくい場合は、小児科で、吐く原因を調べてもらったりゲップの出し方のコツを指導してもらってください。

Q 夜泣きがひどいのですがどうしたらいいのでしょうか？

A 毎日続く赤ちゃんの夜泣きは、子育て中のママやパパにはつらいですね。赤ちゃんがなぜ夜泣きをするのかははっきりわかっていませんが、睡眠サイクルの未熟さや昼間のさまざまな刺激が原因と言われています。

夜泣きを治すのには100通りあると言われるくらい色々な方法がありますが、100通りあるということは、すべての子にピッタリの方法はないということを意味しています。先輩ママに尋ねたり、ネットで情報を得たりして、色々な方法を試して見るといいですね。

ひどい場合は、漢方薬などの薬を使うと良い場合もありますので早めに小児科医にご相談ください。

Q 風邪を引いていないのに、鼻くそがたまるんですがなぜでしょうか？ どうすればいいのでしょうか？

A 空気を吸い込んだ時、空気の中のホコリが鼻粘膜を刺激し鼻汁が出ますが、それが鼻くそになります。たいていは自然に出てきますが、息が苦しそうだったりおっぱいが飲みにくそうなら、赤ちゃん用の綿棒でグルッと回しながらやさしく取ってみましょう。

固い鼻くその場合は、綿棒では取りにくいので、先が丸い赤ちゃん用のピンセットがおすすです。寝ている時に取るとうまく取れます。

Q 他の子どもさんに比べて、言葉や運動の発達が遅いように感じますが、どんなところに相談すれば良いですか？

A 小児科や保健センターまたはこども発達センターに相談ください。赤ちゃんには成長の時計が頭の中にあるようで、ことばや運動発達のスピードや時期は幅がかなりあります。ウサギさんタイプやカメさんタイプ、ある時期に急に伸び始める子どもなどさまざまです。

乳幼児健診は発達の相談もできますし、ことばや運動のトレーニングや精密検査が必要かどうかを判断してもらえるので是非受けましょう。乳幼児健診以外でも、遠慮なく小児科医や保健センターに相談ください。

Q 赤ちゃんに市販の風邪薬をのませてもいいの？

A 飲ませても悪くはないのですが長く続けるのは止めましょう。

市販の風邪薬にはどんな症状にでも効くように沢山の成分が入っているものが多いです。風邪の多くは薬を飲まなくても自然に治るので、風邪薬で早く治すというより症状を軽くするとお考えください。

小児科では症状に合わせて薬を処方しています。

Q 高熱でひきつけをおこしたのですがどうしたらいいのでしょうか。

A 熱が出たときひきつけを起こすことを熱性けいれんと呼びますが、6～7%の子どもに起こります。

ママやパパが子どもの頃に熱性けいれんがあった場合は、頻度はもっと高くなります。多くの場合、体を横に向けて様子を見ていれば数分以内に自然に治まります。5分以上続く場合は119に電話して救急車を呼び受診しましょう。

熱性けいれんを2回以上繰り返す場合は、熱が37.5度～38.0度以上になったら痙攣止めの座薬で予防します。主治医とご相談ください。