



～はげましあって楽しく子育て～

<<参加者から一言>>

K-1さん：生後7ヶ月の男の子です。ストロー、まぐまぐの使い方を練習し始めたいので、みなさんはどのようにされたのか聞きたいです。また、麦茶をあげるタイミングを知りたいです。

Sさん：生後7ヶ月の男の子、母乳で育てています。犬のアレルギーがあるかと言われ、検査をしようとしたのですが、採血を嫌がりできませんでした。しばらくしてから検査するか、このままでいいかなとも思います。

Nさん：今回が2回目の参加、生後7ヶ月になります。夜泣きと授乳後もぐずぐずして1～2時間おきに起きるので、夫とふたりで悩んでいます。

K-2さん：4回目の参加、生後9ヶ月になります。以前は離乳食のことで悩んでいましたが、サークルに参加して他の人の話を聞くことにより、だいぶ気分が楽になりました。鉄欠乏性貧血のためフォローアップミルクを飲ませていますが、なかなか飲んでくれません。

Iさん：4回目の参加、生後8ヶ月です。昔は心配性でしたが、最近悩みは減ってきました。離乳食の量が増えないのが少し心配です。

<<質疑応答>>

夜泣きについて

Oさん：夜泣きが始まったのは、おそらく生後3ヶ月頃からだと思います。以前はおっぱいをあげるとぐっすり寝ていましたが、最近では毎晩のように小さな声でぐずぐずと泣きます。

K-1さん：以前はよく寝ていましたが、最近は一晩に2～3回くらいもがき始めるようになりました。抱っこをして寝かせても、おろすとすぐに泣き出すので、添い乳をしています。うつ伏せにしたら落ち着くようで、寝付くまではうつ伏せにし、眠ったら仰向けにしています。

Iさん：3～4ヶ月の頃は5時間寝ていましたが、今は2時間おきに目が覚めるので、抱っこしたまま一緒に寝ています。みなさんの話を聞いて、添い乳を覚えようかなと思いました。

K-2さん：少し前から夜中に叫び出すようになりました。すぐに寝ないのでおっぱいをくわえさせて寝かせてつけています。

Sさん：今までに朝まで起きずにぐっすり寝たのは一度だけです。母乳がすぐ出るので寝る前に搾乳をしています、それでも5～6回は起きて授乳しています。夜に寝れない分は昼寝をして睡眠を補っています。

なぎさ：毎日ではありませんでしたが、2・3番目の子は4～5回起きていました。夜泣きをしている時は起こしてあげるといいといいますが、なかなか起きませんよね。夜泣きをするのは、きっと日中のいろいろな刺激が

残っている状態なんだと思います。

Oさん：泣いているときは起こして声をかけるとすぐに寝ますが、しばらくするとまた起きて泣き出します。日中公園に出かけたりすると泣く事は少なかった気がします。布団を蹴ってどかしたりするんですけど、そのままにしておいても大丈夫ですか？

もも：時々30分～1時間おきに泣くことがありましたが、本人が泣き疲れていつの間にか寝ていて、次の日の昼間には元気に遊んでいたりました。

みーちゃん：大泣きするようなことがなければ、泣き止むまで待ってみたらどうでしょう。何回も起きるのはお母さんも大変なので、着る毛布を使っている人もいますよ。

離乳食について

Iさん：朝、夜の2回食です。夜は夫があげているのでよく食べますが、昼間はわたしとふたりきりなのでおっぱいをもらえらると思うのか、あまり食べてくれません。

K-2さん：おっぱいをあげる回数は減っていないのですが、赤ちゃん用のせんべいをあげているからか、あまり食べません。

Sさん：食欲もあり身体も大きい方なので安心してます。もっと頂戴と怒るときがあります。

みーちゃん：ご飯の硬さを変えてみると食べるかもしれないよ。1歳までは味付けがなくていいんですがどうしても食べなくて味があるものに慣れているのであれば、お味噌汁などをあげてみてはどうですか。貧血があるのであればなおさらご飯を食べたほうがいいんですけどね。

まぐまぐについて

K-1さん：麦茶を飲ませるのに必要なと思いまぐまぐを一応購入したのですが、タイミングがわからなくて実際には使用していません。

Sさん：生後5ヶ月の時に購入して、2ヶ月間は飲むことはなくただ持って遊んでたんでした。でも、ある日突然まぐまぐを使って飲むようになりました。

Oさん：食後や離乳食を食べていてむせたときなどまぐまぐで白湯をあげています。

K-2さん：生後5ヶ月頃から持たせてましたが、しばらくしてからストローを使って飲み始めました。

Iさん：生後6ヶ月の時にスパウトをあげたら嫌がったので、今は母乳のみです。

もも：当たり前のようにお店に売っているので、つい買ってしまおうですよ。でも、実際にはお汁などはお碗から直接飲んでいたのでコップを使ったりすることが多かったです。外出時に便利な道具として使っていた気がします。

なぎさ：洗うのが結構大変なので、3人目の時は外出時のみ利用してしまし

た。

寝太郎注) 飲み込む機能の発達のためには、ストローやマグマグよりスプーンやコップの使用をお勧めします。

アレルギーについて

Sさん：犬を飼っている家で過ごす顔が赤くなったりしますが、全身に出るわけではないので、様子を見ようと思っています。食物アレルギーも心配なのでタンパク質を摂っていません。

もも：今後もタンパク質はしばらくあげないのですか？

Sさん：もうそろそろ魚とかから始めようとは思っています。

なぎさ：アレルギーが心配な食べ物をあげる時は、症状がでたときにすぐに対応できるように病院が開いている時間をお勧めします。初めて食べさせる食品は耳掻き1さじ位を目安に食べさせてみるのがいいでしょう。

便秘について

Nさん：8～9日に1回程度の排便なのですが、便秘になりやすい原因として母乳が足りないのは関係がありますか？

K-1さん：出なくても2日間で、マッサージをするとすぐに出ました。

Sさん：生後1ヶ月の時は6日間出ないこともあり、綿棒浣腸をして出していました。

Oさん：2～3ヶ月の頃は1日に何回も排便がありましたが、離乳食を始めてからは1日おきになりました。

K-2さん：生後2ヶ月頃から便秘になり、4～5日出ないと、マッサージと綿棒浣腸をしていました。4～5ヶ月頃には下痢、腸炎にも罹りました。

Nさん：マッサージもしていましたが、お腹が痛いのかよく泣いていました。

もも：排便には個人差があります。お腹の張り、便の状態、母乳の飲み、体重の増減を見ます。母乳が飲めていて機嫌がよく、体重が増えていけば大丈夫です。綿棒刺激で肛門を傷つけることもあるので、あまりお勧めできません。

みーちゃん：硬い便が出たときに肛門が切れてしまい、その後、痛がって便をするのを嫌がるおとがあります。そのような場合は薬で調整することがあります。うつ伏せにすると腸が動きやすくなるので、一つの方法ですね。

文：はる