

お母さん、赤ちゃんは泣くのが「仕事」です

～赤ちゃんの泣きへの理解と対処のために～



「うちの子はほかの子よりよく泣く」と思っていませんか?

赤ちゃんは、生後2週から週を追うごとにもっと泣くようになります。

たくさん泣くようになってきても大丈夫。健康な赤ちゃんでも1日5時間泣くこともあるのです。

心配しないでくださいね。

■ 赤ちゃんはどうして泣くのか知っていますか?

- おなかがすいた
- ねむい
- おしつこ
- さむい、あつい
- うんちしたい
- さみしいよ

泣くのには、さまざまな理由があります。でも、
赤ちゃんは理由もなく泣くこともあります。
そして赤ちゃんの泣きは、2ヶ月目にピークを迎える、だいにおさまっていきます。



■ 赤ちゃんに泣かれると、誰でもイライラします みんな一緒に気持ちです



でも、大丈夫です。お母さんは悪くないです。
イライラしたっていいのです。

赤ちゃんのなだめ方

- 抱っこしましょう。
- おしつこやうんちは大丈夫か確認してあげましょう。必要があれば取り替えてあげましょう。



- おなかが空いているかもしれません。おっぱいやミルクをあげてみましょう。



- できるだけ話しかけてみましょう。
- 歩いたりしてあげましょう。



- 他にもぬいぐるみや音の出るおもちゃでなだめる等、なだめられそうなものは何でも試してみましょう。



困ったときや悩んだときは一人で悩まず私たちに声をかけてください

市町村保健センター 保健所 児童相談所
地域には、お母さん、お父さんのいろいろな悩みを聞いたり、育てに関する相談にのってくれるところがあります。電話での相談や保健師などがご自宅を訪問してお話をうかがうことができる場合もあります。

助産師なんでも相談 ☎029-219-5001（月～金 10:00～15:00 祝祭日・年末年始を除く）
留守電にて、当日担当者の番号をお知らせしています。
妊娠・出産のこと、育児のこと、母乳のこと、その他、女性の健康について、助産師が相談に応じます。

お問合せ先

名称・連絡先	
--------	--

茨城県保健福祉部子ども家庭課 ☎029-301-3257

赤ちゃんが泣いて困ったときは どうしましょう？

「どうしても泣きやまないとき～まずは自分がリラックスを～

- 何をしても泣きやまずに、イライラして我慢できなければ、安全な場所に赤ちゃんを寝かせて、まずは自分をリラックスさせましょう。
- 数分したら、もう一度戻って赤ちゃんの様子を確認しましょう。
 - * それでも泣き続けていたら、体温を測りましょう。38度以上あれば何かの病気かもしれません。医療機関を受診しましょう。
 - * 熱がなくても、心配であれば医療機関に相談できることを忘れないでください。



決してやってはいけないこと

なだめようと思って、あるいはイライラして、「なぜ泣きやまないの！」と思わず激しく揺さぶってしまうことがあります。

赤ちゃんの頭の中はとてももろいので、激しく揺さぶると障害が残ったり死亡したりする場合があります。

激しい揺さぶりは絶対にやめましょう

赤ちゃんのお世話をする全ての人へ



お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん達が赤ちゃんを見ることがあります。

赤ちゃんの泣きの特徴とその対処について、知ってもらいましょう。

- 赤ちゃんの泣きには特徴があるということ
- 赤ちゃんに泣かれてイライラするのは当たり前だということ
- 赤ちゃんを揺さぶることの危険性
- 赤ちゃんが泣きやまないとき、安全なところに寝かせて一息入れても構わないこと

イライラしても
揺さぶらないで！
危険がいっぱい！

