ゆりかごだより

2023年2月号（No.4）

新生児の便秘について

小児科で勤務をするようになり、便秘症で通院されるお子さんが思ったよりいることを知り、驚いています。腸の異常や神経の病気などで、排便がうまくできない状態で生まれてくる赤ちゃんもいますが、元気に生まれたお子さんであれば、新生児期からしっかり便が出るようにしてあげましょう。

母乳で育てた場合と人工乳で育てた場合を比較すると、母乳のほうが「便が軟らかくて回数が多い」と昔からいわれており、飲むたびにうんちをする子もいます。母乳にもかかわらず、便秘という赤ちゃんがいますが、やや肛門が狭いことが多いです。特に新生児黄疸で入院となる赤ちゃんのほとんどが、入院時に腹部膨満（お腹がぱんぱんに張っている状態）で来ることが多く、肛門刺激（あとで説明します）すると、大量に便が出てすっきりし、ミルクもしっかり飲めるようになります。黄疸の治療は光線療法といって紫外線を当てて治療するのですが、それと同時に「しっかりミルク（母乳）を飲んで、しっかりうんちを出す」ということが治療になります。分解された黄疸のもと（ビリルビン）をおしっこやうんちとして体の外に出す必要があるからです。

そもそも食べ物を口から取り込み、肛門から出るまでは１本の管（消化管）なのですから、うんちが出ない（出口が詰まっている）とミルク（母乳）を吐いたり、たくさん飲めなかったりするわけです。たくさん飲めて満足すると、しっかり眠れるようになります。

肛門刺激のやり方

赤ちゃんの両足を曲げて赤ちゃんのお腹にくっつけるようにしてしっかり固定し、潤滑剤（ベビーオイルなど）で十分しめらせた綿棒を肛門に入れます。入れる長さは綿棒先端の綿の部分が隠れる程度。入れたら綿棒の軸をしっかり持って、大きく円を描くように綿棒を回します。（綿棒の軸をくるくる回すのではなく、軸をしっかり持った手を回して肛門を広げるようなイメージ）

初めてで心配な方は、看護師・助産師・保健師等にご相談いただき、一緒にやってもらいましょう。

※注意点※

新生児の場合は両足をまっすぐ上方向に持ち上げないこと。
股関節脱臼が心配です。赤ちゃんはお腹の中では小さく丸まっていたので、両足を曲げてお腹にくっつける姿勢は苦しくありません。肛門が見えるようにしっかり固定しましょう。綿棒の軸が木でできたものは、折れる心配がありますので使用はお勧めしません。軸のしっかりしたものを使用しましょう。鼻くそを取ったりする細麺棒はかえって危険ですので、成人が使用する通常サイズの綿棒を使います。
また、綿棒を深く入れれば効果がさらに出るわけでもないので、あくまで肛門を刺激することが目的です。

便秘が原因で発熱したのかな？と思われるお子さんも時折見かけます。
また、2 日に一回多量に出てすっきりするタイプの子もいます。しかし、基本「食べた物は出す」です。

お子さんのうんちの様子を観察して、
便秘にならないようにしていきましょう。

長野赤十字病院 病後児保育室ゆりかごでは、病気や怪我の回復期にあるお子さんをお預かりしています。
感染症の流行期などに「ゆりかごだより」として情報を発信してまいります。

長野赤十字病院
病後児保育室 ゆりかご
TEL 026-226-7753

ご利用についての詳細は長野赤十字病院ホームページをご覧ください。

QR コード または 「長野赤十字病院　ゆりかご」で検索