



産科だより

令和2年

康心会汐見台病院

まだまだ暑い日が続きます。水分摂取は意識して行いましょう。

今回は赤ちゃんの沐浴についてです。ベビーバスにお湯を溜めたりするのって結構重労働なのですが、最近は簡単にできるシャワー浴というものも紹介されています。沐浴の場合は、片手で赤ちゃんを支え、空いたもう片方の手で洗ったり、泡を流したりしますが、なかなか難しかったりします。洗い残しがあつたり、泡の流し残しがあつたりすると、それが原因で皮膚トラブルが起こりやすくなることもあります。シャワー浴なら、マットなどの上に寝かせた赤ちゃんを両手で洗えて流せる、滑る心配もないため、落ち着いて行えるかもしれません。



こんな感じで寝かせたま
ま行っていきます

用意するものは、ベビーバスの代わりにバスマット。写真のものは専用のバスマットですが、バスタオル等を折りたたんで、敷いてあげてもいいかもしれません。使い終わったら洗濯すれば清潔に保つてあげられるので、お手入れも簡単です。その他に用意するものは沐浴のときと変わりません。

今の季節ならびつたりかもしれない。冬は寒いので、もしシャワー浴で済ませるのであれば、お風呂場を温めてから、洗っている間はシャワーを流しっぱなしにしてあげるなどの寒さ対策が必要になります。お湯を熱めに設定するのは、赤ちゃんの敏感な肌にはやけどの原因になったりしますので注意してください。

お風呂上がりには保湿をしてあげてください。以前の産科だよりでもスキンケアについては書いていますが、赤ちゃんの肌はもちもちと書いて潤っているように感じます。でも実はとっても乾燥しやすい状態にあり、水分量は成人の半分以下しかありません。また、皮脂も少ないため、保湿が大切になります。沐浴またはシャワー浴が終わったら5分以内で保湿してあげましょう。よりもつちもちのスベスベお肌になり、触っていられずにはいられなくないと思っていますよ。



◆産科ホットライン

当科では、分娩が近い妊婦さん方に保健指導でホットラインの番号をお伝えしています。これは助産師に直接つながるようになっていて電話です。陣痛発来や破水など、妊娠37週以降の方で分娩開始の合図があった際、ホットラインに電話していただくと、来院か、自宅待機なのか助産師が指示をします。病院代表の電話にかけていたとしても助産師に回ってきますが、事務の方が出てからなので、タイムロスになりますし、夜間や休日は繋がりにくい時があります。



陣痛かな？破水かな？出血したけど大丈夫かな？など自分で判断に悩んだ時には何度かけても大丈夫ですので、相談してください。番号は妊娠中に外来でお渡ししている（あたらしい生命のために）に記載してあります。妊婦さんはスマホに登録しておくといいですよ。

◆今月の赤ちゃん
母子同室中の赤ちゃん達が朝の沐浴や体重測定のために新生児室にきました。ふと見たら、たまたま全員右向き。赤ちゃん達も自然とコロナ対策ができていました。



◆編集後記

当科には現在、看護学生と助産師学生が実習にきています。入院患者様にご協力をお願いすることがあります。よろしくお願いいたします。

担当…郷原