




## HUG & LOVE



日本では毎年5～10%の赤ちゃんが早産で生まれています。その数は年々増加傾向にあり、早産は特別珍しいことではありません。体が十分発育する前に生まれてくる赤ちゃんは子宮外の環境に適応するのに時間がかかります。そのため特別な検査や医学的サポートが必要な赤ちゃんがNICU・GCU（赤ちゃんの集中治療室）に入院してきます。早く生まれNICU・GCUに入院したことで、両親との「ふれ愛」を通じて様々な刺激を受けるべき時期に人工的な環境の中で過ごすことになります。両親も不安感や罪悪感があり、退院後の育児に自信が持てないといった状況になりがちです。NICU・GCUで育つ赤ちゃんにも両親とのふれ愛や聞き慣れた声が必要です。ふれ愛は赤ちゃんの成長発達を促すだけでなく、両親との愛着形成促進にもつながります。当院では赤ちゃんとお母さんに早期からホールディングやカンガルーケア、タッチケアなどふれあう機会を設けています。生後間もない時期では赤ちゃんをじっと見つめて語りかけてみましょう。徐々にふれあうタイミングがわかってきます。そして頭やお尻をそっと両手で包み込んであげましょう。赤ちゃんは心地よさを感じ、お父さん・お母さんは赤ちゃんの力強さを感じられ、お互いふれあうことで安心感や満足感を得ることができます。コット（赤ちゃん用のベッド）に移ることができたら、まずは赤ちゃんにたくさん語りかけ、抱きしめてあげてください。そして赤ちゃんの最大のおもちゃは両親の表情です。両親の様々な表情をみることで赤ちゃんの脳が育ち、特別な存在であることがわかってきます。そうすると徐々に家へ帰る準備を進めていきます。赤ちゃんの全身状態も落ち着くといいよ退院です。おうちであまり神経質にならず育児を楽しみましょう。注意しなければいけない点のひとつに乳児突然死症候群（SIDS）があります。①必ず仰向けか横向きで寝かせるようにしてください。うつ伏せに寝ると乳児突然死症候群のリスクが高くなると言われています。②赤ちゃんの近くには毛布やぬいぐるみ等柔らかいものは置かないようにしましょう。③部屋が暑すぎたり、涼すぎたりしないようにしましょう。④自宅でたばこは吸わないようにしましょう。⑤必ず定期受診しましょう。このことに注意することで乳児突然死症候群の可能性を減らすことができると言われています。

早産児は他の子よりも刺激に敏感で甘えん坊な部分があったり、胃が小さく頻回哺乳が必要であったり、自宅の生活に慣れるまでしばらく時間がかかることもあります。あせらず赤ちゃんのペースに合わせて行い、できれば周りの人の支援を受け入れてください。そうすると、赤ちゃんに慣れ親しむ余裕を見いだすことができ、抱っこして、語りかけ、みつめあう時間が持てるでしょう。

今回は早く生まれてきたり、病気があったりしてNICUやGCUに入院している赤ちゃんについて書いてきました。しかし、赤ちゃんへの接し方は満期で元気に産まれてきた赤ちゃんも同じです。ぜひ参考にしてみてください。タッチケアやふれ愛、マッサージは、親子の絆を深める効果的な方法です。興味がある方はいつでも看護師にお声がけください。

タッチケア指導者：上田 桂子、山根 裕子 



周産期センターに長期入院し、お産をされたお母さんにお話を伺いました。今号は、4月に出産された 隆平くんのおかあさんです。



### 『やっと逢えたね♪』

切迫早産で60日超入院後の、まさかの予定日超え。家でだいぶハビリができたし、色々なタイミングを見て、ベストな時に生まれてきてくれたと思いました。出産も2時間のスピード安産でした。ありがとう♡  
これからの成長が本当に楽しみです。元気に大きく育ってね。



入院中に感じたこと、心がけていたこと、心の支えになったことなどはありますか？

妊娠24週の健診で急ぎよ入院になりました。まさか自分がと、全く予想していなかったのがかなり動転しました。ちょうど年末だったので、正月は家族バラバラで過ごすことになり、悲しかったです。入院中は先生や助産師さんの優しさに支えられました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです、ありがとうございました。同室の人と話すのも気持ちよくなって良かったです。



ご家族の皆さんに伝えたいことはありますか？

急な入院で迷惑かけましたが、毎日長男を連れて面会に来てくれてありがとうございました。



先輩ママからアドバイスをお願いします！

- ※上の子がいる方は、もし入院になった場合は・・・の対応を考えておく方がいいと思います。また、旦那さんの家事能力や、どこに何があるか、など日頃からしっかり情報共有しておくことをおすすめします。
- ※入院中は毎日入院のことで頭がいっぱいでしたが、実際には出産や、その後のお世話がどんどん続いていきます。せっかく入院しているのだから、もっと出産のコツや産後のお世話、自分自身のケアについて聞いておけば良かったと思いました。

### 『やっと逢えたね』



りゅうへい 隆平くん  
平成29年4月19日 生まれ

### 「りゅうへい」

大きく元気に育つように。「りゅうくん」の呼び名は、お兄ちゃんが決めました。



### センター稼働状況


分娩数	60件	緊急帝王切開	6件
母体搬送	4件	NICU稼働率	71.8%
新生児搬送	1件	MFICU稼働率	84.4%

(平成29年5月)

### 「虹のすべりだい」



### 編集後記

上野動物園で赤ちゃんパンダが誕生しましたね。痛ましい事件が多い中、ホッと嬉しいニュースでした。どんな名前に決まるか楽しみです。今年の夏休みはパンダを見に行こうかな   
(C.K☆N.S☆Y.M☆K.H.)



周産期センター  
キャラクター  
マミー&メイ