



総合周産期母子医療センターだより

平成 28 年 8 月号

2016年8月10日発行 (No.128)
 山口県立総合医療センター
 〒747-8511 山口県防府市大字大崎 77 番地
<http://www.ymgp.jp>
 tel:0835-22-4411 (代表)

トピックス

赤ちゃんとうんち



赤ちゃんを育てていく上でいろいろ心配は尽きませんが、今日は大便について、よくある質問は、

①『この子（生後1ヶ月）いつも下痢なんです。』
 正常です。母乳便は大人から見ると下痢のように見えます。

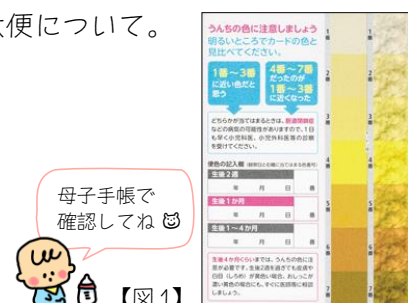
②『便が緑色になりました。』
 母乳からミルクに変えた時に起こる色の变化で正常です。

③『便に血がつくんですが。』
 粘液が混じるようであれば感染性腸炎などの可能性もありますが、正常の便に付着する場合は、腸粘膜のリンパ組織の突起と便が擦れて出ているだけであまり心配はいりません。また女の子に多いのですが、固い便で肛門が切れて出ることがあります。大人の痔裂と同じです。肛門の下側がイボ状に突出していれば確定です。心配いりません。ただ出血量が多ければ受診したほうがよいでしょう。一番怖いのは腸重積（生後3ヶ月～3歳）で、粘液と混じったような血便が出ます。5～10分間隔で不機嫌になる（泣く）のが特徴で、すぐに診てもらう必要があります。便が赤いと出血とわかりますが、黒い便も出血です。赤い時は小腸～直腸の出血で、黒い時は、胃や十二指腸からの出血です。血が胃液と反応して黒く変色します。まれな病気です。

④『便が出ないでお腹がよく張る。』
 これもよくある訴えです。原因の多くは肛門狭窄です。病気ではなく、生まれて間もないので肛門が少し細いだけです。綿棒で刺激しても出ない場合は、小指の先端を挿入して見てください。抜いた途端、便とガスが噴出するはずですが、うまく挿入できないようであれば受診したほうが良いでしょう。まれに手術が必要になる病気が隠れていることもあります。

⑤『肛門におできができた。』
 便とは直接関係ありませんが、これは肛門周囲膿瘍です。不思議なことにほとんどが男の子です。大人の痔瘻と同じですが、手術が必要になることはまれで自然に治ります。しかし治るまで何ヶ月もかかることがあります。決してオムツかぶれのせいではなく、お母さんの怠慢のせいでもありません。しばらく通院してもらわなくてはなりません。

⑥『便が白っぽい。』
 これは重大な病気（胆道閉鎖症）であることがあります。母子手帳の便色を比較するカード（図1）とお子さんの大便を比較してみてください。1～3番の薄い色は要注意です。でもまだ病気とは限りません。逆に4番と思いこみ診断が遅れた例があります。色は感覚によるものなので判断に迷うこともあります。不安があれば医療機関を受診してください。



小児外科 診療部長 河崎 正裕



「おぎゃー!!」

in 助産院 Sun

助産院でお産ができる方は、
 ※ 妊娠経過が正常な経産婦さんで、医師より助産院でのお産が可能と言われた方
 ※ ご本人とご家族が、助産院でのお産を希望されている方
 ※ 当病院の産科外来を受診されている方です。

都合により
掲載は控えさせていただきます

マクニティレシヤ

ヘルシー☆そばろ丼

(1人分) 【1日の推奨量】

- エネルギー 493 kcal
- 鉄分 5.1 mg 【21.5 mg】*1
- たんぱく質 22 g 【75 g】*2
- カルシウム 311 mg 【650 mg】
- 脂質 13 g
- 塩分 2.3 g

*1 中・後期、*2 後期

高野豆腐をお肉にみたくて、彩りに小松菜を使用することでヘルシーでボリューム満点!! 鉄分、カルシウムがアップします。

【レシピ提供者】
栄養管理部 森里 麻未

※材料 (2人分)

- ごはん 1合
- 高野豆腐 2枚 (30g)
- 出し汁 150cc
- 醤油 大1
- みりん、砂糖 各小2
- 生姜すりおろし 小1/2
- 小松菜 1束
- 出し汁 大1
- 醤油、みりん 各小1
- 卵 2個
- 砂糖 小1
- 塩 少々
- サラダ油 小1
- 刻み海苔 少々

※作り方

- 高野豆腐をぬるま湯で戻す。軽く水気を絞り小さめにちぎり、フードプロセッサーにかける。
- 鍋に1とAの材料のすべてを入れ、中火でかき混ぜながら水分がなくなるまで炒り煮にする。
- 小松菜は熱湯で茹でて冷水にとり、水気をギュッと絞る。細かく刻み、Bで和える。
- 卵はCを加えて溶きほぐし、油をしいたフライパンで炒り卵を作る。
- 器に温かいごはんを盛り、高野豆腐そばろ、小松菜、炒り卵をのせ、最後に刻み海苔をふりかける。

※つくってみました!
かなりボリュームがあつて満腹になりました! ごはんをこんやく入りなどにするとカロリーも抑えられて更に安心して食べられますね! 高野豆腐、様々なメニューに取り入れてみます◎ (母子保健室)

センター稼働状況

分娩数	63件	緊急帝王切開	8件
母体搬送	6件	NICU稼働率	73.1%
新生児搬送	4件	MFICU稼働率	95.2%

(平成28年7月)

「海にぶかぶか! 楽しいよ」 編集後記

例年以上の酷暑が続きますが、体調など崩れていませんか? 夏バテ予防にも良いと言われてるスイカ。何と果肉よりも皮に「シトルリン」という美容成分が多く含まれているそうです。捨ててしまうのはもったいない! お漬物にいかがですか? (T.O★N.S★Y.M★K.H)

by. お飾り隊

