

小さく生まれた赤ちゃんに関してよくあるQ&A

小さく生まれた赤ちゃんとの暮らしの中でよくある質問を一般的な書き方で分かりやすくまとめました。

赤ちゃんの状況や発達、成長には個人差がありますので、心配なことがあれば、主治医に相談しましょう。

Q

赤ちゃんの退院に向けて準備することはありますか？

A

赤ちゃんの寝る場所を準備する、家の掃除をしておくなど、基本的には正期産で生まれた赤ちゃんと同じです。面会や搾乳などで大変なので、できる範囲で無理なく準備しましょう。服などについては、赤ちゃんが退院の際にどれくらい大きくなるか見当がついてからそろえても良いですが、素敵な物を見つけたら買っておいでもいいかもしれません。赤ちゃんがおうちに帰った時のイメージをふくらませてみましょう。また、退院してからの家族の役割分担を話し合ったり、かかりつけ医を探したりすることも大切です。

退院した後には足りないところをおさなうこともできるので、無理のない範囲で準備しましょう。

Q

身長や体重がなかなか増えずに悩んでいます。

A

小さく生まれた赤ちゃんは成長がゆっくりの子も多く、悩むママやパパがたくさんいます。しかし、早く生まれてもそうでなくても、赤ちゃんの発育のスピードには個性があります。身長も体重も停滞したり一気に成長したりと一定のスピードではありません。周りの子との違いに少し戸惑うこともあるかもしれませんが、少しずつでも成長が見られていれば、ゆっくりの成長を見守りましょう。3～6歳ぐらいまでに成長曲線の範囲内に追いつく子もいれば、そうでない子もいます。もし低身長の可能性が高い場合は成長ホルモンの投与などで対応することがあるので、病院のフォローアップをしっかりと受けましょう。

Q

小さく生まれた我が子を育てていけるのか不安です。

A

小さく生まれた赤ちゃんを育てていけるのか不安になるのは自然なことです。その気持ちをひとりで抱えなくてもいいんです。頼りやすい人に、少し寄りかかってみて大丈夫。身近な家族や友だち、専門職、保健師やかかりつけ医など、あなたが話しやすいと思える相手に気持ちをそっと預けてみてください。

また、広島県内には早く小さく生まれた赤ちゃんの保護者によるサークルがあり（詳しくは76ページをご覧ください。）、同じ立場の保護者とSNSなどを介してつながる方もいます。気持ちを共有しあい、情報交換をすることもできるので、つらいときはあなたが安心できる誰かにそばで気持ちを支えてもらいましょう。あなたと赤ちゃんを支えたいと思っている人は周りに必ずいますよ。

Q

乳幼児健診の通知が送られてきましたが、問診票にはできないことばかり・・・。修正月齢で受けることはできませんか。

A

お住まいの市町によっては、修正月齢で健診を受けることが可能な場合もあります。通知に記載されている連絡先に連絡し、保健師やかかりつけ医とも相談して、その子にあったペースで健診を受けましょう。

Q

よりよい発達のために、おうちで何かできることはありますか。

A

赤ちゃんは、触ってもらうのが大好きです。スキンシップや遊びによって体を動かしたり楽しいと感じたりするなど、刺激を受けることで、体や脳、心の発達が促されます。おうちでもたくさん抱っこや声かけをしたり、赤ちゃんと一緒に遊んだりしましょう。

時にはおばあちゃんやおじいちゃんなど、周囲の多くの人との触れ合いが発達を促すこともあります。赤ちゃんにとって良い刺激となる環境をつくっていきましょう。

Q

母乳が思うように出ないことがつらいです。

A

ママの母乳には、成長に必要な成分が多く含まれていますが、授乳が辛くなったらひと休みしても大丈夫。母乳があげられない時はミルクも活用しましょう。低出生体重児用のミルクには赤ちゃんに必要な栄養がしっかり入っています。母乳が一番、母乳をあげたいと思われているかもしれませんが、ミルクで元気に成長している赤ちゃんはたくさんいます。母乳やミルクについて不安なことがあれば、助産師や看護師などに相談してみましょう。

記載しているもののほか、いろいろな質問と答えをホームページで紹介しています。
次のQRコードからご覧ください。



例

Q ごはん(離乳食)をなかなか食べてくれません。

Q ひとりで立つこと、歩くことが苦手で心配です。また、転びやすかったりするのですが、大丈夫でしょうか？

Q 反応に乏しく、模倣(もほう)や指差しをしません。大丈夫でしょうか。

Q 退院後、人ごみを避けた方がいいと言われました。いつまで避けるべきですか？おでかけはいつからしてもいいですか？