

小さく・早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと

小さく・早く生まれた赤ちゃんは、さまざまなことを乗り越えながら、成長します。ここでは、小さく・早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいことを記載しています。


赤ちゃんによって経過は違うので、ここに書いてあることが必ず起こるわけではありません。医療スタッフは赤ちゃんとご家族のことをいつも応援しています。医療スタッフと話すことで不安や心配なことが軽くなることもあるかもしれません。多くの情報に惑わされないで、赤ちゃんの様子は病院で医療スタッフにいつでも聞いてくださいね。

生後まもなく起こりやすいこと

呼吸窮迫症候群

肺には肺胞という空気が入る小さな袋がたくさんあり、肺胞が広がることで酸素や二酸化炭素の交換ができます。その袋を拡げておくためにサーファクタントという物質が産生されています。しかし早い週数で生まれると、その物質の産生が少なく、生まれた後にうまく酸素と二酸化炭素の交換ができないことがあります。

そのため、気管にチューブを入れて人工的につくられたサーファクタントを投与して赤ちゃんの肺胞を拡がりやすくする治療を行うことがあります。


 娘は30週1日、755gで生まれました。今大学生です。小さく生まれても、お子様は必ず大きくなりますので、どうかご安心ください!!人間の「生きる力」はすごいですから!!
(30週1日755g)

どんなに早く生まれても、生まれて数日すると赤ちゃん自身でサーファクタントを産生し続けるようになるので、日数や週数が経つにつれて、徐々に肺胞が拡がりやすくなってきます。

未熟児動脈管開存症

子宮内では、赤ちゃんは肺を使って呼吸をしていないので、心臓から肺へ向かう血流は、動脈管という管を通して全身へ流れていきます。生まれた後、赤ちゃんが肺を使って呼吸を始め、心臓から肺への血流が増えると、この動脈管は必要なくなるので、自然に閉じていきます。しかし早く生まれた赤ちゃんは、この動脈管が閉じにくく、本来なら全身に流れるべき血液が動脈管を通して肺へ流れてしまいます。そのため、全身の血流のバランスが崩れて、肺や心臓に負担がかかってしまいます。赤ちゃんの肺や心臓に負担がかかっている場合は、動脈管を閉じる作用のあるお薬をつかいます。お薬を使っても動脈管が閉じない場合は、手術で閉じる場合もあります。



 第一子は完全母乳が自慢だった私。第二子は疾患が分かりショックで母乳が止まり完全ミルク。こんな経験のママは多いはず。あなただけじゃないよ。(先天性心疾患児の母)

長期的に起こりやすいこと

未熟児無呼吸発作

赤ちゃんは脳の呼吸中枢(呼吸を指令するところ)が未熟であることや、気道が柔らかいため、呼吸をお休みしてしまうことがあります。早く生まれた赤ちゃんはとくにその回数やお休みする時間が長くなります。そのため、人工呼吸器で赤ちゃんの呼吸をサポートしたり、呼吸中枢を刺激するお薬を使うことがあります。未熟児無呼吸発作は、赤ちゃんの成熟に伴い軽快します。

出産予定日に近づく頃にはみられなくなることがほとんどです。

慢性肺疾患

赤ちゃん自身の呼吸する力が未熟なほど、高い酸素濃度や人工的な呼吸のサポートが必要になります。しかし未熟な肺の組織は、高い酸素濃度や人工呼吸器のダメージを受けやすいといわれています。赤ちゃんの成長につれて肺の組織が増えるので、ダメージを受けた肺は修復されていきますが、受けたダメージが大きい場合や修復する力が弱い場合には、呼吸が不安定で酸素投与や人工呼吸器が長期間必要になることがあります。この状態を慢性肺疾患と呼びます。

出産予定日頃には酸素投与や人工呼吸は必要なくなることがほとんどですが、一部の赤ちゃんは予定日を超えても酸素投与や人工呼吸が必要になることがあります。また、退院後も酸素投与を行う場合もあります。

未熟児網膜症

早く生まれると、眼の網膜血管の発達も途中の段階です。赤ちゃんの成長にしたがって、網膜血管も発達していきますが、異常な新生血管が発達してしまうことがあります。この異常な新生血管は放置してしまうと、



「生命力」というものを強く感じました。(保護者)

網膜剥離へ進行してしまう可能性があるため、定期的に検査を行い、新生血管が目立つ場合には治療を行うことがあります。治療は、血管の新生を抑えるお薬を眼内に注射したり、網膜の血管をレーザー凝固したりします。退院後も定期的に網膜血管の発達を確認することがほとんどです。


未熟児貧血

身体の血となる赤血球は骨髄で作られますが、早く生まれた赤ちゃんはその力が未熟なことが多いです。また、赤血球を作る材料となる鉄が身体の中で不足しやすいので、貧血になりやすいといわれています。そのため、骨髄で赤血球を作る力を増やす注射を定期的に行うことがあります。また、赤血球を作る鉄剤を投与します。

未熟児骨減少症

小さく・早く生まれた赤ちゃんは、身体の成長のために多くのカルシウムやミネラル、ビタミンなどの栄養を必要とします。とくに骨を作るカルシウム、リン、ビタミンDの不足が続いた場合は、骨の形成が遅れ、骨折してしまうことがあります。そのため、生後早い段階から、必要な栄養を補充したり、母乳にカルシウムやリンを加えたりします。定期的に検査を行って、足りない場合には、お薬としてリンやビタミンを補充することもあります。最近では、早く生まれた赤ちゃんへの栄養管理が進み、骨折をすることは少なくなってきました。



 いろいろな試練を乗り越えてくれる度に生命力の強さを感じます。退院時にパパとママのもとへ送り出す瞬間は何よりも幸せです。ありがとう。(看護師)

退院後のこと

感染症

赤ちゃんはからだの中に細菌やウイルスが入ってきたときに防御する仕組み(免疫)が未熟な状態です。とくに早く小さく生まれた赤ちゃんはその仕組みがさらに未熟なため、感染症が起こりやすくなります。赤ちゃんの感染症は進行が速いため、感染症を予防することがとても重要です。

万が一発症した場合や、疑わしい時は、早めに治療を行うことが重要になります。

家庭で気をつけるポイントや予防接種については、本ハンドブック63ページのQ&Aや母子健康手帳を参考にしてください。



発達障がい

生まれつきみられる脳の働き方の違いにより、行動面や情緒面に特徴がある状態で、養育者が育児の悩みを抱えたり、子どもが生きづらさを感じることもあります。本人や家族・周囲の人が特性に応じて日常生活や過ごし方を工夫することで、持っている力を活かしやすくなったり、日常生活の困難を軽減させたりすることができます。

発達障がいは子育てや愛情不足などによるものではありませんし、たくさんの素晴らしい力(強み)を持っているお子さんです。

もし発達面で気になることや不安なことがあれば、主治医や保健師、保育士、「愛媛県発達障がい者支援センターあい♡ゆう」などの相談機関に相談しましょう。



このハンドブックが、少しでもママ・パパの支えになりますように。(保健師)

小さく生まれた赤ちゃんの 発達の特徴と対応

Q & A

Q 産後すぐに母乳を飲ませられなかったのですが、今後母乳が出にくくなったり、吸えなくなったりしないでしょうか？

A 産後すぐに母乳を飲ませられなくても、乳頭に刺激を与えることで母乳は生成されます。体調をみながら定期的な搾乳をしていきましょう。赤ちゃんも、生まれてすぐに母乳が飲めなくても、少しずつ上手になっていきます。助産師がサポートします。

Q 母乳やミルクの飲みムラがあるのですが、心配です。

A 体調により母乳やミルクを飲む量にムラがあることはよくあります。また、成長のなかでよく飲む時期もあります。1回毎の哺乳量にムラがあっても、1日、1週間単位で見えていった時に体重が増えているようであれば問題ありません。

Q フォローアップミルクはいつから使用してもかまいませんか？

A 離乳食が1日3回になる離乳後期が目安となります。フォローアップミルクは通常のミルクより脂肪が少なく、タンパク質や鉄、カルシウムが強化されています。離乳食から十分に摂ることが難しい場合には、栄養を補うためフォローアップミルクを使用することもあります。必ず飲ませなければいけないものではありません。かかりつけ医などで相談しましょう。

Q 周りの子と比べると、発達が遅い気がします。どうしたらいいですか？

A まずは、市町にある子育て相談窓口にいる保健師に相談してみましよう。子どもの発達に合わせた遊びを通して、一緒に考えながら見守っていきましょう。

Q 仰向けからうつ伏せに寝返ったのですが、その逆ができません。すぐに仰向けに戻してあげた方がよいでしょうか。

A 通常、寝返りは仰向けからうつ伏せになった後に、仰向けに戻れるようになるまでに1～2か月かかります。慌てて仰向けにする必要はなく、眠ってしまったたり、鼻がふさがったりした時には、直してあげましよう。また、頭を上げるために好きなおもちゃの音や家族の声や顔で励ましてあげましよう。頭が持続的に上がるようになったところに仰向けに戻れるようになります。

Q お座りがなかなか出来なくて心配しています。

A 赤ちゃんは頭が大きく、とくに低出生体重児は頭部が大きく体がやや華奢まろしなことが多いため、不安定になりやすくお座りや抱っこで常にお母さんが支えていることが多くなりがちです。うつ伏せやよつばいをする事で次第にお座りに必要な力が出来てきますので、うつ伏せで遊んであげましよう。

Q 小さく生まれたので、乳幼児健診に行くと同じ年齢の子と比べてかなり小さいと思います。乳幼児健診は受けたほうがよいのでしょうか？

A 乳幼児健診では、成長・発達の確認のほか、様々な子育てに関する情報提供を行っていますので受診しましょう。健診時期や受診方法について不安なことがあれば、市町の保健師に相談してみましょう。

Q 離乳食はいつから始めればいいですか？

A 修正月齢を参考にしながら、

- ①首のすわりがしっかりしてくる。
- ②スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなる。
- ③食べ物に興味を示す。

等の様子が見られたら離乳食を始めてみてください。しばしば体重が増えないことを心配して離乳食を遅らせがちなお母さんもいらっしゃいます。発達が修正月齢相当であれば、摂食機能の獲得をしていくことも重要になりますので、1さじから始めてみましょう。

ただ、厚生労働省の研究班では、出生体重が1,000g未満の超低出生体重児では、修正月齢を用いても摂食機能が遅れがちであることが報告されています。そのため単純に修正月齢だけで離乳を進めようとするとうまくいかない場合も出てきます。

離乳食を始めるタイミングがわからなかったり、うまく進まないときには、一人で悩まず主治医や市町の保健師・栄養士に相談してみることをお勧めします。

Q 風邪などの感染予防で家族ができる事はありますか？

A マスク、手洗いやうがいといった基本的な感染予防を行い家族の健康管理が重要です。また、インフルエンザのシーズンには家族が予防接種を積極的に受けて家族内での感染を予防することも勧められています。

お出かけする時には、人混みはできるだけ避けるように出かける時間帯等も選んであげましょう。

Q 小さく生まれた子は感染症にかかりやすいと聞きました。予防接種は、普通よりも早めに受けさせたほうがよいのでしょうか。

A 予防接種のガイドラインでは、「出生時からの合併症がないことを確認の上、以下の要領で接種を行う。予防接種の原則は一般乳児と同様に適用する。ワクチンの接種開始は、出生後日齢、暦月齢を適用する」とされています。入院中でも、受ける時期がきた予防接種は遅れることなく受けることが勧められます。

Q 小さく生まれて、まだ体重が少ないので、予防接種の副作用が心配です。

A 早産や低出生体重だからといって、ワクチン接種における副反応が増加する危険性は、日本の現行ワクチンでは認められていません。小さく生まれた赤ちゃんは、暦月齢で一般乳児と比較すると体格も小さく弱々しい感じがするかもしれませんが、万が一、ワクチンの対象疾患にかかった場合に重症化する可能性を考慮すれば、正期産児のスケジュールと同様に予防接種を受けることが勧められます。

予防接種に関して
詳しくは主治医や看護師に
相談してみましょう。





Q 子どもの発達やママの体調、子育てに関してどこに相談したらいいの？

A お住まいの市町母子保健担当窓口もしくは子育て世代包括支援センター

妊娠期から子育て期のさまざまなニーズに、子どもと家族を切れ目なく支え、きめ細かく対応する相談拠点です。

保健師や栄養士が、子育てや健康の相談などに応じます。お気軽にご相談ください。



A 一般社団法人愛媛助産師会

妊娠期から産後の母子の体調管理、母乳や育児の相談・ケア、思春期から更年期の女性の心と体の変化・性にまつわる悩みの相談など幅広く活動しています。

お気軽にご相談ください。



A ^{えがお}愛媛県愛顔の子育て応援サイト「きらきらナビ」

結婚から妊娠、出産、子育てまで各ライフステージを応援するサイト・アプリです。

イベント・施設情報等を掲載しているほか、掲示板機能「ひめコミュ」で気軽に相談が可能です。



Q 家の中で子どもと2人きり。ママ同士の交流や子育てについて気軽に話せる場所はどこかないのかな？

A お住まいの地域子育て支援拠点

親子が気軽に集い、親子で遊んだり、情報交換や交流ができます。

仲間づくりのお手伝いや、子育ての不安や悩みについての相談もお受けしています。



Q 保育園のお迎えの時間に間に合わない…。育児や家事に追われて自分の時間がとれない…。

A お住まいのファミリー・サポート・センター

地域において子育ての「お手伝いをしてほしい人」と「お手伝いをしたい人」が会員となり、有償で子育ての相互援助をお手伝いする組織です。

保育所や幼稚園の送迎や、保護者が病気や急用のときの子どもの預かり、子育てを離れ自分の時間を持ちたいときなどに利用できます。



Q 急に子どもが病気になった。どうしよう…。

A まずは、かかりつけ医にご相談を。

頭をぶつけた、急な発熱、嘔吐、けいれんなど、休日・夜間の子どもの急なケガや病気に困ったときは、「#8000(愛媛県子ども医療電話相談)」をプッシュしてください。看護師や医師などが家庭での応急処置などについて、アドバイスしてくれます。

●利用できる時間帯 平日 19時～翌朝8時
土曜日 13時～翌朝8時
日・祝 8時～翌朝8時



●プッシュ回線・携帯電話 ▶ #8000

●ダイヤル回線 ▶ ☎089-913-2777



Q 医療費が心配だな…。

A お子さんの状態などに応じて、医療費の助成を受けることができます。詳しくはお住まいの相談窓口へご相談ください。

制度名称	内 容	相談窓口
子どもの医療費助成制度	子どもたちが安心して必要な医療を受けることができるよう子どもの医療費の助成を行っています。市町によって対象年齢が異なりますので、詳しくはお住まいの市町へご確認ください。	<p>市町</p> 
未熟児養育医療	出生体重2,000g以下など、医師が入院して養育することが必要であると認めた未熟児等に対し、指定された医療機関における医療費を助成します。	
自立支援医療 (育成医療)	満18歳未満で身体に障がいがある児童や将来障がいをもつおそれのある児童が、手術などによって障がいの改善が見込まれる場合、その医療費を助成する制度です。	
小児慢性特定疾病医療費助成制度	悪性新生物、慢性心疾患、内分泌疾患などの小児慢性特定疾患にかかっている児童の医療費等の自己負担分の一部を助成します。	<p>保健所</p> 

Q 生まれながらに病気があったり、医療的ケア(人工呼吸器の管理やたんの吸引など)を必要とします。子どものことや家族のことを相談したいけど、どこに相談すればいいのだろう？

A お住まいを管轄する保健所

医療費助成のことや生活の困りごとなど、保健師が相談に応じます。まずはお住まいを管轄する保健所までお電話ください。



A 認定NPO法人ラ・ファミリエ
地域子どものくらし保健室

ラ・ファミリエは、病気のあるお子さんとそのご家族の悩みに寄り添い、必要な支援を行っています。病気や生活のこと、就園、就学、就労など、何か困りごとがあったり、誰かに話を聞いてほしいと思った時にはお気軽にご相談ください。



こんなことを
しています♪

☆ 小児慢性特定疾病児童等自立支援事業

- 個別相談…自立支援員が相談に応じます。オンライン(Zoomなど)でも可能です。
- ピアカウンセリング…同じような病気や障がいのある人たちの間で行われるカウンセリングです。
- 学習支援…長期入院や闘病中の子どもたちへの学習支援をしています。
- 就労支援…県内の事業所見学や実習に同行、職能体験を行っています。
- きょうだい支援…患児のきょうだい向けイベントや勉強会などを開催しています。

☆ 難病児家族滞在施設「ファミリーハウスあい」の運営

A お住まいの市町福祉課窓口もしくは
愛媛県医療的ケア児支援センター

医療的ケアが必要なお子さんやそのご家族、支援している方から、困りごとや心配ごとのご相談をお受けします。



ママ・パパたちの活動紹介(団体紹介)

小さく生まれた赤ちゃんとお母さんのサークル 「えひめリトルレインボー」

小さく生まれた赤ちゃんのご家族の交流会を対面またはオンラインで不定期に開催しています。

「リトルレインボー」の名前には、お母さんやご家族の流した涙に虹が掛かりますようにという願いを込めて名付けました。

同じような経験をした仲間と一緒に、出産した時の気持ちや育児のお悩みをおしゃべりしませんか。

NICUまたはGCUに入院中から卒業したお子さん
とご家族はどなたでも参加できますので、お気軽にお
問合せください。

一緒にお子さんの成長を喜び合いましょう。

インスタグラム：littlerainbow.ehime

公式ライン：@szu5468m



インスタグラム



公式ライン

