

## ママ達のQ&A 特集

### Q 1歳半過ぎても指しゃぶりがやめられません

A 無理して辞めさせなくても大丈夫です。特に卒乳後には、よく見られることです。

神経質になる必要はありませんが、一日中しているようなら、歯並びやかみ合わせに影響が出ることもありますので注意が必要です。

手を使う遊びを促したりするなどいろいろな遊びに興味を向けるようにしてみましょう。

指しゃぶりは、子どもの心の不安定が引き起こすものなどと言われて気にするママもいますが、そういう事ではありません。ゆっくり見守ってあげましょう。

### Q 決まった時間に食事をするのは、子どもの発育にとっても大切ですか

A 赤ちゃんの生活は、「食べる・眠る・遊ぶ」の繰り返しですが、生活リズム（特に睡眠のリズム）を整えていくために、食事の時間を一定にすることは大切です。うまく調整できると睡眠中に分泌される成長ホルモンが安定し、子どもの脳の発達にも良い影響があるとされています。

### Q 発熱したので、座薬の解熱剤を入れたら、すぐにうんちと一緒に出てきました。時間を待たずに入れなおしたほうがいいですか？

A 一度入れた座薬は、すぐうんちに出てきても、どのくらいの成分が溶け出して作用しているかわかりません。そのため入れなおさずに、6~8時間以上間隔をあけてから再度入れるようにしましょう。

### Q 寝ているとき、咳をよくするのですが受診したほうがいいですか？

A 鼻炎や扁桃腺が大きい子は、寝ている時たんが詰まったりして咳をすることがあります。寝てる間、頻繁に咳をする場合は、熱がなくても念のため小児科を受診してください。

### Q 家族に食物アレルギーの人がいる場合、離乳食開始前に検査を受けたほうがいいですか？

A アレルギー疾患は遺伝的な体質がベースになっていることが多いので注意を払う必要がありますが、離乳食の開始前に検査を受ける必要はありません。

離乳食は標準的な方法で、少しずつ丁寧に行っていけば大丈夫です。その途中でトラブルがあったり、心配なことがあれば受診をしましょう。

また、離乳食が始まる前から赤ちゃんのスキンケアを丁寧に行い、健康な皮膚にしておくことも大切です。

### Q 過去に熱性けいれんを起こしたら、解熱剤は使わない方がいいと聞きましたが本当ですか？

A 熱性けいれん歴があると、解熱剤を使わない方がいいという根拠はありません。

熱性けいれんを起こした子も、熱による不快感を和らげたい場合があるので、解熱剤の使用は自己判断せずに必ず医師に相談してください。