

地域で見守る 子育てで! 子育て!

ご存じですか? 「乳幼児突然死症候群」「揺さぶられ症候群」

乳幼児突然死症候群(SIDS:シズー)

それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく眠っている間に、突然死亡してしまう病気です。生後2か月から6か月に多いとされています。発症は年々減少傾向にあります。平成23年には全国で148人の赤ちゃんが、この病気で亡くなっています。

- 原因：原因はわかりませんが、男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中に多いことや、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児で発症が多いといわれています。なるべく赤ちゃんを1人にしないようにしましょう。
- おこりにくくするポイント：①うつぶせ寝は避けましょう ②たばこはやめましょう ③できるだけ母乳で育てましょう(人工乳がSIDSを引きおこすということではありません)

揺さぶられ症候群(SBS)

赤ちゃんがいつまでも泣きやみそうにないと、つらいときもあります。しかし、泣きやませようと、誰もが危険だと思っただけで赤ちゃんを激しく揺さぶると、赤ちゃんは頭が重くて頸の筋肉が弱いので頭を自分で支えることができず、脳が頭蓋骨にぶつかって傷ついてしまいます。脳が傷つくと、後遺症が残ったり、命を落としてしまうこともあります。

●高い高いなどで赤ちゃんをあやすことは?

高い高いや膝の上でピョンピョンさせるなど、通常のあやしでは脳が頭蓋骨に何度もぶつかるような力は発生しませんので、それらで揺さぶられ症候群がおこることはありません。

●赤ちゃんが泣きやまなくて困ったら?

赤ちゃんは、生後1~2か月ごろをピークに生後5か月くらいまではよく泣きます。おなかはすいていない? おむつは? 室温は? 抱っこしてほしい? 具合は悪くない? 音楽を聴くのは? 散歩やドライブは?などいろいろ試してみましょう。それでもだめなら、赤ちゃんを安全な場所に寝かせ、その場を離れて自分を落ち着かせましょう。そして、ときどき赤ちゃんのようすを確認しましょう。そして、困ったりつらいときは、身近な人など誰かに話したり、保健福祉グループへ相談してください。

1人でがんばりすぎず、つらいときは誰かに話したりして、子育てを楽しみましょう!

問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎52-9871



コラム

認知症とこれから

今月のテーマ
「私は忘れてない」

もの忘れ、置き忘れが多くなるアルツハイマー型認知症。人との約束を忘れていたり、物を探し回ったり、火を使っていたことを忘れ鍋を焦がしたり。家族は心配するようになります。しかし、本人はたいていそれを認めません。

「私は聞いてない。」「誰かが持って行った。」「言いがかりはやめて。」「などと反撃を受けることもしばしば。

周囲は戸惑い、腹を立てることもあるでしょう。

認知症は見聞き、体験したことが記憶に残っていないので、指摘されても思い出すべき記憶がありません。そして、逆に相手が何か変なことを言っていると受け取ることがあります。

しかし、アルツハイマー型は気を遣うべき相手にうまく対応できるのが特徴です。ですから、時々会う人に対しては上手に話を合わせ、質問の答えを思い出せなくても戸惑う素振りを見せません。以前、認知症の方に年齢を伺ったとき「女性に年齢なんて聞くもんじゃないわ。」と怒られました。また、ある男性は「美人の前だと緊張して答えられないよ。」と言いました。なんてユーモアのあるとりつくりでしょう。その場が和んだのを覚えています。

本人に、もの忘れを自覚させようとするのは困難です。本人はごまかしているつもりはなく、忘れてなどいないと信じているからです。

一見、矛盾だらけの認知症状態も、本人にとっては合理的な行動です。接する私たちが少し視点を変えれば、ふっと笑顔になる時間が増えるかもしれません。

認知症についての相談、認知症家族の会に関する問合せはコチラへ

高浜市地域包括支援センター
(いきいき広場2階) ☎52-9610