

「皆で沐浴しよに！！」よくあるご質問とお答えです

● 沐浴について ●



Q1 頭皮にフケやカサブタのようなものが付いています

A1 心配いりません。

かゆみは伴わないので清潔にしていれば治っていきます。石鹸できれいに洗い取りましょう。

カサブタのように張り付いている場合は、入浴前にワセリンやオリーブ油をつけてふやかしておくのと、取りやすいです。

Q2 沐浴時赤ちゃんが泣きだします

A2 焦らずしばらくタオルなどで体を包みこんで、声をかけて落ち着くのを待ちましょう。お湯の温度に変化がないか(熱い・ぬるい)も見てあげるとよいです。

Q3 沐浴剤は使ってもいいですか？

A3 新生児は、皮脂の分泌が多く沐浴剤では汚れが取れにくいと感ずることがあります。沐浴に慣れてきたらベビーソープに切り替えることをお勧めします。沐浴剤が肌に合わない場合はやめましょう。

Q4 女の子のお股の洗い方は前から後ろに洗ってあげましょうと説明されていますが、具体的にどのように洗えば良いでしょうか？

A4 うんちが多いとお股に入り込む場合もありますので、シワのところも優しく丁寧に洗ってあげましょう。





Q5 男の子は？

A5 陰のうの後ろも優しく丁寧に洗ってあげましょう。

Q6 いつごろまで沐浴をした方が良いでしょうか？

A6 生後1ヶ月前後くらいまでです。それ以降は、一番風呂であれば家庭風呂で OK です。浴槽は清潔に洗ってから使用しましょう。

Q7 沐浴は何回しても良いですか？

A7 普通は毎日1回ですが、汗やおしっこ、うんちで汚れた場合などは一日数回沐浴しても大丈夫です。

Q8 目の拭き方ですが、上の子の時は、目頭から目尻に拭くと病院で教えてもらいました。目尻から目頭に拭くように変わったのですか？

A8 目頭から目尻に拭いてもそんなに心配ないのですが、目やには目頭に溜まりますので、それを目に入れないように目尻から拭くように変わりました。目やにが多いと気になるようであれば、お産された病院にご相談されても良いでしょう。



Q9 サポートがなく一人で沐浴をします。

A9 ママの体調にも気を遣って疲れないようにしましょう。

準備をきちんとおくとスムーズに行えます。

アウトバスもお勧めです。

お疲れの時は、赤ちゃんの体を温かいタオルで拭くだけでも良いです。



Q10 パートナーの帰りが遅く、沐浴の時間が21時になりますが、大丈夫ですか？

A10 ひとりで沐浴は不安ですから、その時間で大丈夫です。
より遅くならないようにしましょう。



Q11 産院で沐浴の時間が5分と言われましたが、5分以上かかってしまいます。

A11 慣れないうちは5分以上かかってしまうことがあります。
赤ちゃんが疲れてしまうので、あまり長くならないようにしましょう。

Q12 祖母が、お湯が入らないように耳を押さえるように言いますが必要ですか？

A12 耳を塞ぐがなくてもシャワーや、沐浴時にお湯が耳の奥まで入る心配はいらな
いといわれています。

Q13 沐浴中に赤ちゃんが動いて泡のついた手を口に持っていきます

A13 沐浴布を肩から覆うように掛けるとずれにくいです。
泡が口に入っても慌てずそっとぬぐってあげましょう。

Q14 洗う順番を間違えました

A14 問題ありません。
清潔な目を最初に洗う・お尻やおしもは最後に洗うようにしましょう。





Q15 湯船の中でうんちをしてしまったら？

A15 少量なら沐浴後のかけ湯でよく流してあげましょう。

●アウトバスについて●

Q1 バスマットを暖める場合のお湯の温度は熱めが良いですか？

A1 赤ちゃんにかけるお湯の温度で良いので、しっかりと暖めるようにお湯をかけましょう。

Q2 シャワーの圧力が気になりますが、赤ちゃんに直接当てても痛くないでしょうか？

A2 弱めの圧力でしたら直接かけても大丈夫です。気になるようなら、沐浴する人の手にかけながらお湯をかけても良いでしょう。

Q3 顔にお湯をかけても大丈夫ですか？

A3 赤ちゃんの体を起こして洗うと安心でしょう。



● 沐浴後のケアについて ●



Q1 保湿剤は、暖めた方が良いですか？

A1 手のひらで温めてから塗るとよいでしょう。
保湿剤の種類にもよりますが、少し洗面器などで湯煎するように温めるのも良いと思います。

Q2 保湿は、アレルギーの予防になると聞きましたが？

A2 アレルギーの予防の1つとされています。
詳しくは専門家にご確認ください。



Q3 沐浴後、綿棒で耳のお手入れをしていますが、怖いです

A3 綿棒を耳の奥まで入れる必要はありません。
耳の入り口にある水分をふき取る程度で大丈夫です。

Q4 沐浴後の白湯は必要ですか？

A4 母乳、ミルクで適切な水分、栄養が取れていますので白湯を追加する必要はありません。赤ちゃんが欲しいときは母乳かミルクを飲ませましょう。

Q5 おへそがジュークジュークして血が付きます。大丈夫ですか？

A5 おへそがジュークジュークし血が付く時・匂う時は、おへそを持ち上げ、根元をきれいにふき取りアルコール消毒をして乾燥させると良いです。おへその根元周りが、赤く少し膨らんでいるように見えるときは、小児科を受診しましょう。

