

乳児編  
テーマ1

## 泣くのがあかちゃん

あかちゃんの泣きの原因はさまざまです。おむつが汚れていたり、お腹が空いていたり、寒かったり暑かったりしても泣きますが、泣くのがコミュニケーションでもあり、泣くことによって全身の運動にもなります。

また、あかちゃんの泣きにはいくつかの特徴があると言われています。

例えば、生後2～3か月頃にピークがある・夕方よく泣く・養育者の能力に関係なく泣く、などです。

これらの特徴を知り、泣きやませることができなくても自分を責めないようにしましょう。

「あかちゃんは泣くもの」捉えて落ち着くようにしましょう。

でも、何をやっても泣きやまない場合もあります。そんな時はあかちゃんを抱いて外に出たりして環境を変えたり、誰かに助けを求めたり、時にはあかちゃんを安全な場所に寝かせて、その場を離れ、養育者が深呼吸とか、お水を飲むなどして一息ついてみましょう！

それだけで気持ちが軽くなる場合があります。

『泣くのがあかちゃん！』 あかちゃんが泣きやまない時の対処法をいくつか探してみましょう。



## 「乳幼児揺さぶられ症候群」について

子どもがなだめても泣き止まない時などに激しく縦抱きで、前後に揺さぶってしまうことにより、頭の中で出血が起きて脳を圧迫してしまい、重い障がいを残したり、死に至らしめたりすることで、虐待の一つとされています。

特に、首のすわっていない時期の赤ちゃんを激しく揺さぶることは非常に危険です。

NPO法人MCサポートセンターみっくみえ代表 助産師 松岡典子  
(桜花学園大学保育学部 非常勤講師)

◎ 一人で悩まないで、心配な時は居住地の保健センターや近くの相談機関に相談しましょう。