

## よく泣くことについて

小さく生まれたお子さんはお腹の張りから不快でよく泣く場合があります。おなかの張りについては「小さく生まれた赤ちゃんの特徴と今後起こりやすい病気と対応」編の肛門刺激や浣腸（便秘）を参照してください。

ママやパパは泣き声にイライラすることもあるかもしれません。空腹・オムツ・体温・お腹の張りなど基本的なチェックをして、抱っこや表情をみて、声掛けをしてあげましょう。お子さんの泣き声を聞くと精神的につらいと感じる時などは、市町村の保健師や助産師に相談してみましょう。

## よく吐くことについて

体重を増やしたいのに吐くことが多いと心配になると思います。ダラダラと口元から出る程度で、熱がなく機嫌がいいようでしたら、授乳後少し長めに縦抱きをしてげっぷを十分に出してあげましょう。

### 【医療機関に相談が必要な場合】

噴水状に吐くような状況

## 面会時などのきょうだいのあずかりについて

上のお子さんがいる場合、生まれたお子さんの面会に行くことも大変なことがあります。市町村では上のお子さんの一時保育などの福祉サービスがあります。市町村により異なりますので保健師や、最寄りの保育園などに相談してみましょう。

面会だけでなく、ちょっと疲れた時、リフレッシュしたい時にも利用できます。

## 産後ケア事業について

産後ケア事業は、医療機関や助産院（所）の助産師などの専門スタッフから、育児のサポートや、授乳、子育てなどについてアドバイスが受けられる市町村の支援サービスです。

### 【産後ケア事業の種類】

- 「宿泊型」（ショートステイ型）：医療機関や助産院（所）に宿泊
- 「通所型」（デイケア型）：医療機関や助産院（所）に日中滞在
- 「訪問型」（アウトリーチ型）：助産師などによる自宅訪問

市町村により利用できる施設や対象者、サービスの内容、自己負担額などが異なります。

### 【産後ケア事業利用の相談窓口】

- ・市町村の保健師
- ・こども家庭センター（市町村によって名称は異なります）

産後ケア事業とは別に、母乳相談を行っている市町村もあります。