

～4か月頃の困り事～

皮膚のトラブル



「湿しん」

なぜ起こるの？

生後すぐの赤ちゃんは、お母さんのホルモンの影響もあり、皮脂の分泌が盛んです。大人より皮膚が薄いので、皮脂や周りからの刺激によって湿しんが出やすくなっています。

症状

おでこやほほ、髪の毛の生えているところは赤い発しんが出やすいです。かきむしるので血が出ることもあり、小さな水ぶくれや薄いかさぶたになることもあります。

「あせも」

なぜ起こるの？

汗の出口が汗やほこり、あか等で詰まり炎症を起こします。赤ちゃんは、新陳代謝がよいので、汗も出やすく、あせもがでやすいのです。

症状

汗をかきやすいところ（頭、髪の毛の生え際、首やわきの下、おむつがあたる場所やまたの内側）に、直径1mm以下の細かい発しんができることがあります。

皮膚を清潔に保つ

よだれやミルク、食べこぼし、汗等で悪化するので、水洗いをするのできれいにしましょう。石けんは刺激の少ない物がよいでしょう。

肌に優しいものを着る

吸湿性の良い綿のものがお勧めです。

爪を切る

赤ちゃんが湿しんをかきむしることによって起きる、ダメージを最小限にとどめましょう。

温度を調整する

暑すぎたり、寒すぎることをないように服の着脱や、冷暖房を調節しましょう。赤ちゃんは、体温が高く汗をかきやすいので保護者がやや肌寒いと感じるぐらいの室温が適切です。

かゆみで寝れない時や、炎症が強い時は、病院を受診し、医師から出された軟膏を塗りましょう。

