



専門・認定看護師会だより

2011.7. vol.5.



これから夏を迎え、赤ちゃんのスキントラブルが多くなる季節になります。そこで今回のコラムは「赤ちゃんのスキンケア」について掲載します。皮膚を清潔に保ち、この季節を過ごしましょう！

「赤ちゃんのスキンケア」～代表的なスキントラブルの原因とケア～

脂漏性湿疹

<原因>

乳児湿疹の代表的なもので、生後2週間位から1歳位までの間に起こるものです。皮脂腺の多い頬や口のまわり、あごやひたい、眉毛や頭を中心に赤いポツポツした湿疹が出たり、肌がカサカサになったり、症状が進むと皮膚がジュクジュクすることもあります。赤ちゃんだけに脂漏性湿疹が出るのは、生まれたばかりの赤ちゃんが、お母さんのお腹の中にいたときにももらったホルモンの影響により、皮脂の分泌が活発になるため起こりやすいのです。

<ケア>

まず、皮膚の清潔を保つようにします。入浴時には、湿疹部も、きちんと、弱酸性の石鹸で洗います。頭部は、シャンプーを使用して洗うようにしましょう。頭部に、べったりと白い垢のようなものがこびりついている場合には、ワセリンやベビーオイルなどでふやかしてから洗いましょう。



あせも

<原因>

赤ちゃんの汗腺の出口が、汗やほこり、垢などで塞がり、汗が皮膚の中で炎症を起こすものです。頭やひたい、首のまわりや手足のくびれ、腋の下、など背中やお尻など汚れや汗の溜まりやすい部分に赤や白の小さなブツブツの湿疹ができ、かゆみを起こします。赤ちゃんは新陳代謝が激しい為、汗をかきやすく、また手足の関節が密着しているため汗腺の出口に汚れが溜まりやすいのであせもができやすいのです。

<ケア>

あせもも、同様に、清潔に皮膚を洗浄します。ただし、1日に何回も洗浄するのは皮脂を取り過ぎてしまうので、石鹸を用いての洗浄は、1日1回にしましょう。赤ちゃんは、たくさん汗をかきます。夏場は上手にエアコンを使用して、室温調節をしましょう。また、授乳時や、抱っこの時など、お母さんと、赤ちゃんの皮膚が密着する場合には、ガーゼやタオルなどを使用し、汗を吸収するようにすると良いでしょう。



おむつかぶれ

<原因>

便や尿でオムツの中の湿度が高くなると、皮膚がふやけて傷つきやすい状態になります。赤ちゃんの皮膚は、薄く未熟で皮脂の分泌も少なく刺激に対する抵抗力が弱い為、オムツの繊維が当たただけでも小さな傷がたくさんできやすい状態にあります。その状態に、便や尿に含まれる酵素や尿素、細菌などの刺激が加わり、オムツに触れる部分が赤く炎症を起こし、ブツブツと小さな発疹ができたようになります。

<ケア>

おしりを洗うのは、1日1~2回程度にします。便が出る度におしりを洗うのは、かえって皮膚に刺激になります。市販のウエットタイプのおしりふきやティッシュペーパーなどでこすってしまうと、更に皮膚への刺激は強くなります。排便の回数が多い場合には、ベビーオイルなどをおしりに塗り、膜をつくることも有効です。長時間、便や尿がおしりに付着していることがないよう、早めにオムツを交換するようにしましょう。また、オムツのサイズも重要です。体型に合ったものを選び、緩すぎず、きつすぎないオムツを選びましょう。

