

# 乳幼児健診 Q&A

神戸大学大学院医学研究科内科系講座小児科学分野

こども急性疾患学部門

森貞直哉

# はじめに

- わが国では母子保健法に基づくなどして乳幼児健康診査（以下健診）が行われています。
- 多くは4カ月健診、1歳6カ月健診、3歳児健診ですが、産婦人科で行われている1カ月健診や、自治体の判断で9カ月健診や5歳児健診を行っているところもあります。
- 本日はわれわれ医療者が健診でしばしばお父さんお母さんたちから受ける、疑問質問をとりあげてみたいと思います。

# 1ヵ月健診

# 生後1カ月児

- 生後1カ月では
  - 声や音に反応する
  - 頭囲は胸囲と同じくらい
  - 睡眠時間は持続せず
  - 哺乳は1日6-8回
  - 手足を良く動かす

## Q. 体重が増えません

- 一般に、一カ月健診では1日当たり25-40g体重が増える計算になります。1日あたり25g以下は要注意、15g以下であれば詳しい検査が必要です。

### 体重が増えない原因

母乳、ミルクが足りない

口の中の病気

神経系の病気(脳性麻痺など)

消化管の病気

虐待、養育拒否

内臓(心臓や腎臓)の病気

代謝の病気

など

Q. 体重が増えすぎですが、ミルクを減らしたほうがよいでしょうか？

- 哺乳は基本的には自律哺乳で、ほしただけ飲ませて構いません。乳児期の肥満は将来の肥満にはつながらないと言われています。
- ただし発達の遅れや他の病気をともなう場合、また3歳過ぎても肥満が続く場合はかかりつけの先生と相談してください。

Q.「乳児湿疹」がひどいと、アトピー性皮膚炎になるのでしょうか？

- いわゆる「乳児湿疹」は、「乳児脂漏性湿疹」「アトピー性皮膚炎」などをひろくとらえた言葉です
- 生後数週からはじまる「乳児脂漏性湿疹」は、母体由来の性ホルモンの影響を受けるため脂腺が活発になっています。生後3カ月くらいを過ぎると自然によくなると言われていています。
- ただし、1歳をすぎても湿疹がひどいときはアトピー性皮膚炎の可能性があります。

# 赤ちゃんのスキンケア

- 乳幼児用の、脱脂力の少ない洗浄剤を使う
- 洗浄剤をしっかりと洗い流す
- 清潔な乾いたタオルで拭く
- 皮膚の乾燥が強い場合は保湿剤を使う

## Q. 何度も吐きますが・・・

- 赤ちゃんはもともと吐きやすいので、飲んだ後などにだらだらとミルクをこぼす「溢乳(いつにゅう)」の場合は、体重が順調に増えていれば様子を見ても大丈夫です。
- ただし、**噴水状の嘔吐**を繰り返す場合、機嫌や顔色が悪い場合、体重が増えない場合は、消化管の病気(幽門狭窄症など)や中枢神経系の病気(水頭症など)がみつかることがあるので精査が必要です。

## Q. 便秘はどのくらい様子見ていいのでしょうか？

- 母乳栄養児は便秘になりやすいのですが、本人が困る（哺乳量が少なくなる、機嫌が悪い）のでなければ様子を見ていいです。4日以上出ないときは浣腸をしてもらってもかまいません。
- お腹の張り（腹部膨満）がひどい、体重が増えないなどの場合は消化器系の病気（Hirschsprung病など）が見つかることがあるので、病院を受診しましょう。

## Q. 黄疸がひどいときは母乳をやめた方がよいのでしょうか？

- 2週間以上続く黄疸は**遷延性黄疸**と言い、その中に母乳黄疸が含まれます。母乳黄疸は母乳中の性ホルモンが原因です。通常は母乳を続けても3カ月ほどでよくなります。
- 母乳黄疸でも黄疸(ビリルビン)の数値が高すぎる場合は脳神経、聴力などに影響が出る場合があります。
- 母乳黄疸以外の病気(乳児肝炎や胆道閉鎖症、体質性黄疸など)が隠れている場合もありますので、黄疸が続くときは医師と相談してください。

Q. “でべそ”です。押さえた方がいいのでしょうか？

- “でべそ”には2つの原因があり、1つは「臍ヘルニア」(腹部臓器が突出しているもの)、もう1つは「臍突出症」(皮膚の過剰)です。臍ヘルニアの90%は1歳までに治ります。
- “でべそ”を押さえても「臍ヘルニア」は治りませんが、「臍突出症」は予防することができます。
- ただし安易にやるとかぶれたり、腸閉塞をおこすことがあるので、医師の指導のもと行うようにしましょう。

## Q. 旅行はいつごろから行ってもいいのでしょうか？

- できれば、座位の安定してくる生後7ヵ月以降、長時間の飛行機(海外旅行など)は2歳以降が望ましいです。
- ただし、産科施設からの帰宅などの場合、自動車は退院直後から、飛行機は生後8日目から乗せても大丈夫といわれています。

# 4カ月健診

# 生後4ヵ月

- 生後4ヵ月では
  - 頸が座る
  - 追視ができる
  - 音が出ている方に向く
  - 腹臥位で頭を上げる

## Q. まだ頸が座りませんが大丈夫でしょうか？

- 予定日を基準にして月齢4か月になりますと、90%以上の方が定頸(頸が座ること)を獲得します。
- 全体に筋力が弱いなどの症状があればこの時点で精査が必要です。
- 様子を見る場合でも、生後5ヵ月で定頸がなければ必ず精査を受けてください。

## Q. 頭の形がおかしいのですが、治りますか？

- 赤ちゃんの頭蓋骨は産道を通過するため大変柔らかくできています。また7つに分かれた頭蓋骨がまだくっついていないため、容易に変形します。
- 多くはお座り、立位など頭部を圧迫する時間が減れば治ります。“うつぶせ寝”は絶対に止めてください。
- ただし「頭蓋骨早期癒合症」という病気もあります。心配な時は一度医療機関でご相談ください。

## Q. 頭が大きいのですが・・・

- 生まれた時は頭囲が胸囲よりも1cmくらい大きいのですが、この時期になると頭囲は胸囲よりも小さめになります。
- 頭囲が胸囲よりも**5cm以上**大きい場合は精査が必要です。
- 頭囲が大きくなる原因には水頭症やソトス症候群などの病気があります。また自閉症や発達遅滞のリスクファクターとしても知られています。ただし、家族性の大頭症もあり、これは病気ではありません。

Q. 乳児湿疹がひどく、アレルギーが心配です。  
離乳食はどうしたらいいのでしょうか

- 乳児湿疹があってもアトピー性皮膚炎とは限らず、また離乳食の開始を遅らせてもアレルギー疾患を予防できるという根拠はありません。
- やみくもな食物除去は栄養不足になりますので、心配な食べ物などがあればかかりつけの先生と相談してください。

Q. 先天性股関節脱臼かもといわれましたが、どのようなものですか？

- 先天性股関節脱臼は遺伝的因子、胎内因子、生後の環境因子によって発症するといわれています。
- 早期発見により保存的治療が可能ですが、見逃されると難治となることもあります。
- 近年先天性股関節脱臼の発症数は減少しており、以前の1/10程度と言われていています。

## Q. 授乳中ですが、かぜぐすりをのんでもいいですか？

- 一旦授乳を中止するとその後おっぱいが出なくなることがあります。ですので、できるだけ中止しないように病院側の配慮が必要です。
- 基本的にすべての内服薬は母乳に移行します。ですので、そのお薬が赤ちゃんにとって飲んではいけない薬(一部の抗生物質、気管支拡張薬など)を飲んでいるときは授乳を避ける必要があります。投薬を受ける際に主治医の先生とご相談ください。

## Q. 離乳食はいつから開始したらいいのでしょうか？

- もともと離乳食はわが国独特のものといわれていますので決まった方法があるわけではありませんが、離乳食は頸が座り、スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなったころ(生後5-6ヵ月)から始められます。
- 離乳食を嫌がるときは、無理せず、あせらず、親御さんと一緒に楽しく食べる雰囲気を作ることが必要です。

# 離乳食が必要な理由

- 母乳やミルクだけでは栄養不足となる
- 咀嚼の練習
- 消化機能の発達
- 味覚の形成
- 食行動自立の基礎
- 発達を促す

9ヵ月健診

# 生後9カ月

- 生後9カ月ころでは
  - お座りができる
  - はいはいができる
  - つかまり立ちができる
  - 指の腹でものをつかむ
  - バイバイができる
  - “マンマ”が言える

(個人差があります)

## Q. 離乳食がうまくすすみません

- こどもが離乳食を食べない理由は？

お腹がすいていない → ミルクを飲みすぎていませんか

遊びたい → 食事の時間を決めて、みんなで  
食べましょう

味が苦手 → 「苦味」「酸味」は苦手です

食べ物の硬さが苦手 → 形態を工夫してみましょう

## Q. フォローアップミルクは必要ですか？

- フォローアップミルクは牛乳の代用品として作られたもので、カルシウム、たんぱく質、鉄、ビタミンCの補給には有用です。
- ただし離乳食の代わりとなるものではないので、離乳が順調に進んでいれば必ずしも必要なものではありません。
- 離乳食の進みが遅くフォローアップミルクを使用する場合は、たんぱく質の含量が多いので生後9カ月以降に使用します。

# 1歳6ヵ月健診

# 1歳6カ月

- 1歳6カ月では・・

ひとり歩きができる

応答の指さしができる

→「お口どこ?」「ここ!」

ごっこ遊びができる

単語がいえる

(個人差があります)

Q. おしゃぶりが大好きです。やめたほうがいいでしょうか？

- おしゃぶりを長く続けていると、歯並びが悪くなるといわれています。特に2歳を越えて続けているとかみ合わせが悪くなりやすいとも言われています。ですので、**2歳まで**には止めるようにしましょう。
- 歯が生えてきたらできるだけ止めるようにするか、歯並びに影響しないものを選びましょう。

## Q. 夜母乳を欲しがります。止めた方がいいのでしょうか？

- この時期に母乳を欲しがるのは、空腹よりも愛情を求めている場合が多いと考えられます。
- 母乳を与えるのは止めた方がいいですが、他の形で安心して眠れるようにしてあげてください。

## Q. 1歳6カ月になっても歩きません

- 1歳6カ月になると99%以上のお子さんが歩けるようになります。ですので、この時期に歩けない場合は病院での精密検査が必要です。

Q. いやいやがひどいです、育て方が悪かったのでしょうか？

- 「いやいや」は1-3歳くらいで自我が芽生えたころに出現します。「いやいや」を言えるのはのびのび育てられたからで、育て方が悪いではありません。
- むしろ「いやいや」を言えないのは我慢をしすぎている可能性があります。
- ただし「いやいや」の度が過ぎるとわがままになりますので、愛情をもって叱ってあげることも大事だと思います。

# 3歳健診

# 3歳児

- 3歳になると

自分の名前がいえる

おむつが取れる

三輪車がこげる

片足立ちが3秒できる

お箸が使える

高い・低いがわかる

(個人差があります)

## Q. 3歳になっても言葉が出ません

- 言葉の理解に比べると言葉の表出が遅い子どもたちがいますが、これを「**発達性表出性言語障害**」と呼ぶことがあります。一般に発達性表出性言語障害でも3歳までに追いつくといわれています。
- 3歳を過ぎても単語程度しか話せない場合は、発達に問題がないか、聴力の異常がないかなどを調べる必要があります。
- 新生児期の聴力検査では難聴が見逃されている場合があります。

## Q. おむつがとれません

- 以前布おむつが主流だったころは1歳頃にトイレトレーニングをはじめ、1歳6カ月頃にはおむつが外れる子がほとんどでした。最近では3歳児健診でおむつが外れているのは約3分の2くらいと言われています。
- トイレトレーニングを進めることは重要で、トイレになれることから始めていきましょう。
- ただし、常時おむつが濡れている場合や発達に問題がある場合などは精査が必要です。

## まとめ

- 子育てに正解はありませんが、お父さんもお母さんも子どもたちも毎日楽しく過ごせることが大事です。
- 素朴な疑問を聞いてくれる、かかりつけの先生をぜひ持ってください。