

小さく生まれた
あかちゃんの
発達の特徴と対応

Q & A

ママからの質問に答えます



Q 1. 早産児のママが搾乳や授乳を続けるコツは？

A 母乳は栄養吸収や疾患を予防する点でとても優れた栄養です。加えて、早産児を出産したママは、カロリー豊富な“早産児用の特別な母乳”を作ることがわかっています。特に初乳は免疫成分やホルモンが多く含まれており、ごくわずかでも、口の中へ垂らすだけでも赤ちゃんへの効果が期待できます。生まれてまもない早産児は栄養チューブから母乳を注入しており、腸の動きに注意しながら毎日少しずつ母乳量を増やしていきます。その間、ママは搾乳した母乳を赤ちゃんに届けることとなります。搾乳は**出産後できるだけ早くから、頻繁に行う**ことが大切で、母乳量を増やして維持することが可能です。保育器から卒業できる頃（一般的には35週くらい）になると、母乳の練習が始まります。はじめのうちは、抱っこしただけで赤ちゃんが眠ってしまううまく吸えないかもしれません。繰り返し練習をしながら、ママと赤ちゃんで授乳のコツをつかんでいきましょう。思うように搾乳、授乳ができないときは、一人で悩まず医療スタッフに相談してください。

- 初めて対面した時は、小さくて抱っこもできない状態だったのに、1日1日小さな成長（できたこと）が、凄いことだと知り、すごいねー！えらいねー！と褒めて、抱っこできる日を楽しみにしていた。小さくて初授乳がなかなかできなくて、成功した時は感動でした。（27週、現在3歳）
- 初めて抱っこした時は小さすぎて、緊張でドキドキしました。でもそれ以上に嬉しかったのを覚えています。（24週、645g出生、現在1歳）

Q 2. ふたごあるいはみつごの場合には特別な注意が必要ですか？

A 新生児期はひとりにつき10回以上と授乳回数が多く、ふたごやみつごをもつママは倍以上になります。同時に母乳をあげられる楽な姿勢や、ひとりが母乳で一人がミルクなど、いろいろな工夫があります。お風呂や着替えは安全を優先して、人手のある時間に入れることや、目の届くところで行う工夫が必要です。成長や発達の数値については、ふたごやみつごでも同じではないため、発達や性格の違いを個性や魅力として捉えるとよいと思います。家族のサポートに加え、家事や外出など、市町村のサービスが利用できることがありますので、気軽に相談してください。(市町村相談窓口→P61)

Q 3. 首がすわる、お座り、歩くなどは、「出生後何か月（暦年齢）」で考えますか？

A 早産児の運動発達は、出産予定日から数えた**年齢（修正年齢）**で考えます。すなわち、予定日より3か月早く生まれた赤ちゃんは、生後の年齢から3か月を引くことで発達のおおよその目安になります。

Q 4. 発達を修正年齢で考えるのは何歳まで？

A 修正年齢で発達を評価するのは**3歳ごろまで**です。3歳以降も発達がゆっくりな場合は、「発達の遅れ」と判断し療育支援が必要です。子どもの特徴や困りに気づいて支援を行うことで、お子さんの持っている力を最大限伸ばしてあげましょう。

○8ヶ月ちょっとで生まれましたが、元気にすくすく成長しています。

(28週、1,094g 出生、現在0歳)

○初めて娘を抱っこした時は小さい、軽い、だけど、とても重たい命を感じたことをすごく覚えています。(29週、565g 出生、現在1歳)

Q 5. 予防接種は暦年齢と修正年齢、どちらで接種しますか？

A 早産児であっても予防接種は**暦年齢で接種**します。生後2か月以降で赤ちゃんの状態が安定し、医師が予防接種可能と判断した場合は、NICU入院中から予防接種が始まります。ただし、赤ちゃんの状態が不安定な場合や免疫に関係する特別な治療を受けた場合は、ワクチンスケジュールを調整することがあるため、主治医に相談してください。

Q 6. RSウイルス感染症の予防薬があると聞きましたが…

A RSウイルスは咳、鼻水、喘鳴などの呼吸症状を引き起こすウイルスです。RSウイルス重症化予防のため、重症化リスクが高い36週未満の早産児や慢性肺炎患の赤ちゃんには、月1回パリピズマブ(シナジス)を投与が推奨されています。RSウイルスは地域によって流行状況が違い、妊娠週数によって投与回数も異なるため、具体的な治療に関しては医師に確認してください。

Q 7. 離乳食はいつからスタートしたらいいでしょうか

A 「上手に食べる」ためには、安定した姿勢をとり(首がすわる)、舌や口、飲み込む力が発達していることが大切です。食事に興味を持ったり、指しゃぶりや口におもちを入れるなども食べる力が備わってきたサインです。一般的に離乳食は生後5～6か月ごろから開始しますが、早産児の離乳食開始時期は**修正年齢で考えます**。呼吸状態が悪い、発達がゆっくりの場合は主治医と相談してさらに遅らせても構いません。焦らず、赤ちゃんの様子を見ながら判断しましょう。月齡にとらわれず、発達段階に合わせて進めていく事が大切です。

○いろんな機械に繋がれてて、触るのが少し怖かった。

(24週、882g出生、現在1歳)

○1ヵ月近く抱っこもできず、とても辛かった。でも、看護師さんや先生たちが毎日、昨日はこんな表情していましたよとか面会時間外のこともいろいろ報告してくれて、それがとても励みになっていました。今では7歳になりとても元気に学校を楽しんでいます。(26週、971g出生、現在7歳)

Q 8. 食べるのが遅く、少食です

A 早産児は幼児期以降も食べるのが遅い子や少食、肉の塊を飲み込めずいつまでも噛んでいる子が多いです。中にはにおいや触感に敏感で偏食が強いお子さんもいます。食事を細かくして混ぜたり、調理法を工夫をするなど、無理強いせず楽しく食事ができるよう、主治医、市町村の保健師・栄養士等へも相談してみましょう。

Q 9. 乳幼児健診は受けた方がよいでしょうか

A 市町村が行う乳幼児健診は、診察以外にも、栄養、歯科、発達を含めた子育てに関する相談や情報提供を行う場となっています。出生病院での個別フォローアップに加え、ご家族がこれからの子育てに役立つ地域の情報を得られる貴重な機会でもあります。

初めての集団健診受診のタイミングについては、主治医とも相談し、同じ月齢の子が集まる場へ行くことが気になるなど、ご心配なことがある場合は、お住まいの市町村の保健師等へご相談ください。



- 生まれたては小さすぎて、なかなか現実を受け止めることができませんでしたが、日に日に成長してくれている姿に親も成長することができました。体重が1g、飲める母乳が1ml増えるごとに、当たり前のことにありがたみを強く感じました。(26週、919g出生、現在2歳)
- はじめはごめんねと泣きながら顔を見ていました。どんどん大きくなって安心して、私も頑張らないと思いました。娘が生まれてからはじめての連続で、毎日楽しいです。(27週、731g出生、現在10か月)