

11月は 乳幼児突然死症候群(SIDS)の 対策強化月間です



SIDSは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因の分からない病気で、窒息などの事故とは異なります。平成27年度には96名の赤ちゃんがSIDSで亡くなっており、乳児期の死亡原因としては第3位となっています。

SIDSの予防方法は確立していませんが、次の3つのポイントを守ることで、発症率が低くなるというデータがあります。

■ 1歳になるまでは、寝かせるときはあおむけに寝かせましょう

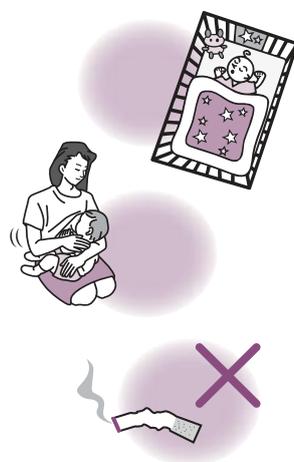
SIDSは、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症しますが、うつぶせに寝かせたときの方が発症率が高いことが分かっています。また、あおむけに寝かせた方が、睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。

■ できるだけ母乳で育てましょう

母乳育児がいろいろな点で良いことはよく知られていますが、SIDSの発症率も低いことが分かっています。

■ たばこをやめましょう

たばこはSIDSの大きな危険因子です。妊婦自身の喫煙はもちろんのこと妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。これには身近な人の理解も大切ですので、喫煙者に協力を求めましょう。



Q & A

質問 1 赤ちゃんが睡眠中に寝返りをして、うつぶせ寝の姿勢になった場合は、赤ちゃんを再びあおむけ寝の姿勢に戻す必要がありますか？

回答 1 赤ちゃんがあおむけからうつぶせ、うつぶせからあおむけのどちらも自分でできるようになったら、あおむけ寝の姿勢に戻す必要はないとされています。SIDSのリスクを減らすために重要なのは、眠り始めるときにあおむけ寝の姿勢にしてあげること、寝返りをした時に備えて赤ちゃんの周囲に柔らかな寝具を置かないようにすることです。

質問 2 赤ちゃんをあおむけ寝の姿勢にした場合、赤ちゃんは唾液や吐乳などによって窒息しませんか？

回答 2 健康な赤ちゃんであれば、反射により飲み込んだり、咳をして吐き出します。病気などで医療機関を受診中の赤ちゃんについては、医師の指示に従ってください。

休日当番医

診療時間：午前9時～午後4時 ※都合により当番医を変更することがあります。
お問合せ先：なるしま内科医院 ☎029-869-4820

11月	18日 (日)	なるしま内科医院 江戸崎病院	阿見 稲敷 ☎029-869-4820 ☎029-894-2611	12月	2日 (日)	あべ整形外科 いなしきクリニック	阿見 稲敷 ☎029-875-5303 ☎029-892-3372
	23日 (金)	おおさわ眼科 いわき内科クリニック	阿見 稲敷 ☎029-843-7272 ☎029-875-5100		9日 (日)	つじ耳鼻咽喉科クリニック 佐倉クリニック	阿見 稲敷 ☎029-801-3387 ☎029-892-7011
	25日 (日)	まつばらウイメンズクリニック 江戸崎ひかりクリニック	阿見 稲敷 ☎029-830-5151 ☎029-834-5777	16日 (日)	市川ファミリークリニック 古橋医院	阿見 稲敷 ☎029-843-3301 ☎0299-78-3770	

12月の
乳幼児健診
13:00～13:45受付

4カ月児 12月17日(月)
平成30年8月生

1歳6カ月児 12月10日(月)
平成29年4月～5月生

2歳児 12月11日(火)
平成28年10月～11月生
歯科