

■NICU でパパとママができること



NICUでパパとママができること

NICU(新生児集中治療室)では、赤ちゃんが入院している間、パパとママが赤ちゃんにしてあげられることがたくさんあります。今回はその内容についてご紹介します。



☆保育器編☆

タッチング:保育器に入っていて、まだ抱っこが出来ない赤ちゃんに、パパとママの手でそっと触ってあげたり、包んであげたりする方法です。赤ちゃんが心地よさを感じ、呼吸が落ち着いたり、母乳やミルクの消化を助けます。



マウスケア:まだ母乳やミルクを口から飲めない赤ちゃんに、綿棒に染み込ませた母乳やミルクを吸わせてあげる方法です。これは、口から飲むための練習となったり、赤ちゃんが落ち着くことにつながります。パパとママにも入院早期から積極的に行ってもらえます。



おむつ換え:保育器に入っている間、パパとママがおむつ換えをすることができます。



カンガルーケア:パパとママの胸の上でおむつだけをつけた裸の赤ちゃんを抱っこします。これには、保温効果があったり、赤ちゃんの眠りが深くなって呼吸が安定したり、パパとママと赤ちゃんがお互いにわかりあえる効果があると言われています。



搾乳した母乳を持ってきてもらう:NICUにいる赤ちゃんは、1日に8回のミルクの時間があります。ママが一生懸命搾り、持ってきてくれた母乳を大切に取り扱い、赤ちゃんにあげています。



哺乳瓶での授乳練習:保育器の中で、母乳やミルクを哺乳瓶で飲むことも保育器から出るための目標の一つです。哺乳瓶での授乳の練習もパパやママに行ってもらえます。



体拭き:生後5日を過ぎた赤ちゃんは、温かいお湯で濡らしたガーゼで体の汚れを拭いています。パパとママにも積極的に行ってもらえます。



赤ちゃんが成長してくると、いよいよ保育器から出ることができます。保育器から出た赤ちゃんはコットで過ごします。



☆コット編☆

さて、保育器から出てコットへ移動し、退院する日も近づいてくると、退院に向けて育児練習もラストスパートです。



哺乳練習:赤ちゃん和妈妈に合わせた直接授乳の仕方やミルクの飲ませ方、追加の方法などを一緒に考えながら練習しています。



沐浴:赤ちゃんの体重が増え、体温調節ができるようになると、1日1回沐浴をするようになります。希望をすれば、パパとママの沐浴練習ができます。



家庭での育児環境の確認:赤ちゃんが退院し、家でパパとママと過ごすようになったときのことを考え、家庭に揃っている育児用品やお部屋の環境、育児のサポート環境などを一緒に確認していきます。必要であれば地域のサポートの紹介も行います。



パパとママが赤ちゃんにしてあげられることは、こんなにたくさんあります。限りある面会時間ですので、パパとママが「赤ちゃんにやってあげたいこと」があれば、積極的にお声かけください。私たちスタッフも一緒にお手伝いします。

そして、赤ちゃんが退院し、ご家庭と一緒に過ごしていく日に向けて、保育器に入っているときから、出来る育児練習を一つずつ、一緒に始めていきましょう。



NICU 退院支援推進チーム