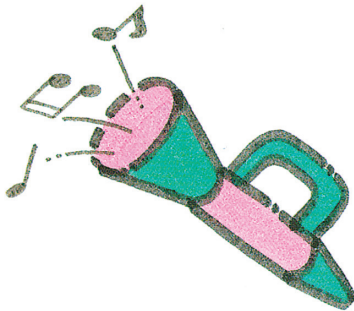


赤ちゃんのうんち、

どういふ?



1. 私の赤ちゃん、今日のうんちの色は？
2. 私の赤ちゃん、便秘かしら？
3. 私の赤ちゃん、下痢しちゃった？

〈頑固な下痢〉

〈赤ちゃんの急性下痢でお母さんはどうすれば良い？〉

〈便の性状〉



1 私の赤ちゃん、今日のうんちの色は？

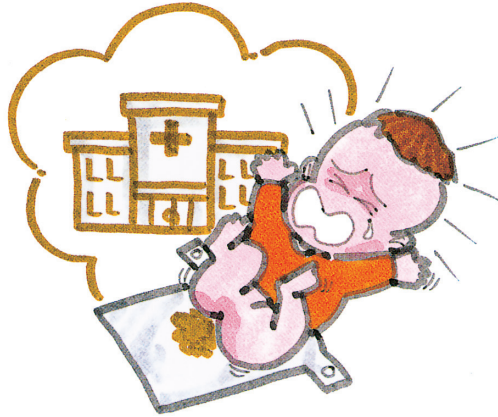
〈黄色〉

母乳栄養児の便の色は卵黄色です。ミルク栄養児のは淡黄色です。離乳がある程度進むと褐色になります。お母さんの赤ちゃんは健康です。

〈緑色〉

母乳栄養児の便を空気中にさらすと、黄色の胆汁色素が酸化されてビリベルジンになり緑色になることがあります。ミルク栄養児の便もミルクの組成が母乳に近づけてあるので緑色になることがあります。赤ちゃんがニコニコ笑って母乳やミルクを良く飲むのであれば、心配なし。ただし、粘液（鼻みたいなの）や顆粒（ブツブツ）がまじっていたら消化器障害を起こしているかもしれません。





〈赤色〉

病原性大腸菌O157?赤ちゃんニコニコ、母乳、ミルク良く飲む。そういえばニンジンジュース飲ましたかな?スイカの汁飲ましたかな?トマトジュース飲ましたかな?であれば心配なし。便が赤色になることがあります。しかし、発熱や嘔吐や不機嫌などを伴う時は、腸炎や腸重積等のこともあります。肛門やそれに近い直腸、結腸からの出血も考えなければいけません。

〈白色〉

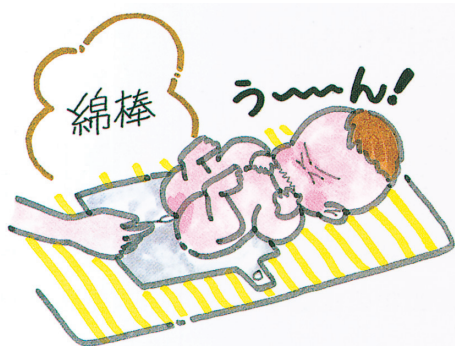
灰白色の便の時は、新生児肝炎、先天性胆道閉鎖症、胆管のう腫などの肝臓や胆道系の病気が考えられます。又、ロタウイルスによる嘔吐下痢症でも白い便になることがあります。

〈黒色〉

生後3日位までの胎便や3-7日位までの移行便以外は、上部消化管(食堂・胃・十二指腸など)からの出血が考えられます。

2 私の赤ちゃん、便秘かしら？

生後一カ月ぐらいまでは毎日出ていた「うんち」が2日に一回、3日に一回になることがあります。自力で出だして、その便がやわらかく、母乳、ミルクを良く飲んで機嫌も良ければ心配いりません。但し、体重の増えが悪い場合は、母乳、ミルクの量が少ないのかもしれませんが、3日以上うんちが出なくて機嫌が悪かったり哺乳量が少ないときは、綿棒にベビーオイルやクリームを付け、肛門から2～3cm入れ、数回出入してみましょ。排便することがあります。5日も出ないようでしたら、浣腸してあげましょ。クセになることはありません。うんちが長く腸内にたまっていると、腸で水分が吸収されて硬いうんちになるため、肛門を傷つけてしまうことがあります。又、硬いうんちが続くと肛門の12時のところにヒダができることがあります。これは心配しないで様子を見て良いです。そのうち小さくなります。頑固な便秘が続くときは、巨大結腸症（ヒルシュスプルング病）、先天性甲状腺機能低下（クレチン病）、脳性麻痺、腸回転異常などの病気のこともあります。





3 私の赤ちゃん、下痢しちゃった？

うんちの回数は赤ちゃんによって変わります。一日5回～10回もする子もいれば、一日1回の子もいます。回数の多い赤ちゃんのうんちはゆるゆるで当たり前です。機嫌が良くて、体重が順調に増えて、母乳、ミルクを良く飲んでいたら心配いりません。一般的に良く飲む赤ちゃんは回数が多いです。又、ミルクを変えたり、離乳準備として、ジュース類を与え過ぎた場合も便の回数が増えることがあります。下痢の他に、発熱、嘔吐、不機嫌、哺乳力低下などの症状があれば、ウイルスや細菌が腸に入った証拠です。酸っぱい匂いの白っぽい下痢便は、ロタウイルスの感染（白色便性下痢症、仮性コレラとも言う）のことが多いです。細菌によるものは、粘液や血液が混じって腐敗臭（卵の腐ったような匂い？）がすることがあります。病原性大腸菌感染やサルモネラ感染症などのことがあります。

〈頑固な下痢〉

2週間以上も下痢が続く場合、ミルクアレルギーの為、腸がミルクを受付ない状態になっていることがあります。



〈赤ちゃんの急性下痢でお母さんはどうすれば良い?〉

母乳であればそのまま、ミルクであれば少し薄めて（4/5程度、また倍に薄めても良い）4時間間隔くらいで与えましょう。哺乳と哺乳の間は水分を好きなだけ与えます。水分をいっぱいやるから下痢すると思ってはいけません。下痢、嘔吐などで水分が身体の外に出ているのですから補う必要があるのです。与える水分は、薄めた麦茶や番茶、スポーツドリンク、イオン飲料（経口補液剤）などです。但し、スポーツドリンクやイオン飲料は、健康なときはお茶代わりに飲ませないようにしましょう。

〈便の性状〉

①水様便：腸の炎症、消化不良症、乳糖不耐症などで出る、水分を多く含んだ便です。

②脂肪便：脂肪を多く含む下痢便または軟便です。膵臓、肝・胆道系の病気で出ることが多いです。ビタミンA、D、Kなどの脂溶性ビタミンの欠乏を生ずることがあります。

③粘液便：腸の粘膜から分泌される粘液を混じる便です。腸の炎症、消化不良症で見られることがあります。

④顆粒便：米粒大の乳汁中の脂肪とカルシウムなどからなる石けん状の顆粒が混じった便です。正常の乳児にも見られることがあります。消化不良症ではこれに粘液便も伴うことがあります。

⑤不消化便：離乳を開始したあとの乳幼児に見られ、不消化の食物が、便の中に混じっています。腸炎、消化不良症などでは多量に便中に出ることがあります。

うんちは健康のバロメーターです。不安な場合は、便を持って、赤ちゃんと一緒にかかりつけ医にみてもらいましょう。

愛 媛 県
愛 媛 県 医 師 会
愛 媛 県 小 児 科 医 会

〒790-8585 松山市三番町4-5-3
☎089-943-7582