



沐浴のレッスン

TANABE CLINIC

赤ちゃんのきげんが悪いとき、かぜきみ、
下痢や嘔吐がわづぐるときは熱を計って
みましよう。37.5度以上のときは
沐浴を中止してください。

授乳直前直後の沐浴はさけましよう。
(授乳後1時間～1時間30分ぐらいが
適当です。)

化粧したはれものがあるとき、ひどい湿疹が
ある場合も中止してください。

夏は午前または午後の涼しい時間、冬は
午前10時～午後2時頃までのできるだけ
暖かい時間にすませましよう。

お湯の温度は、夏は38°～39°、冬は
39°～40°にします。(ひじをお湯に入れて
暖かく感じるぐらいです。)

お湯の量は、赤ちゃんをすわらせて胸のあたりまで、
ベビーバスの2分1～3分の2ぐらいが適当です。)

入浴時間は5～7分ぐらいです。

沐浴前の手順

短時間で手順よく行えるよう準備をととのえてから沐浴を始めましょう。

準備する入浴用品



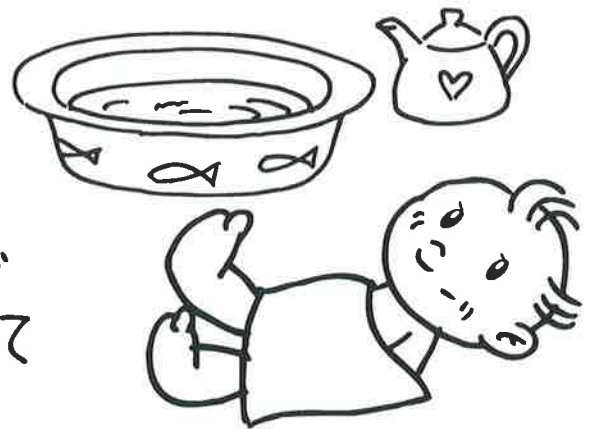
- ベビーバス(38~40度のお湯を3分の2程度用意します)
- 洗面器(少し熱めのお湯を用意します。)
- ベビー石けん・ベビーシャンプー・
(スキンケア剤)
- 沐浴布(赤ちゃんのからだを包む布)
- 湯温計・ガーゼ・ベビー綿棒
・バスタオル・着替え

さあきれにしましょうね

沐浴は、赤ちゃんの血行の循環をよくして
哺乳欲を増加させます。赤ちゃんにとって、とても気持ちのよい
運動でもあります。1日1回は入浴させてあげましょう。

沐浴前の手順

- 1 赤ちゃんを
こわがらせないように、
からだを沐浴ガーゼで
上からかけ胸をおおって
あげましょう。



- 2 赤ちゃんの耳に
お湯が入っても
大丈夫です。
首の部分を支えて
あげましょう。



- 3 お湯の温度を
たしかめてから、
赤ちゃんの足の方から
静かに入れます。



- 4 別に用意したお湯で、
ガーゼをぬらし
顔をふきます。
ときどき沐浴布に
お湯をかけてあげましょう。



- 5 石けんをよく泡立て、
髪よりも頭皮を
ていねいに洗います。
つめを立てずに
指の腹を使いましょう。
石けんを洗い流し、
しぼったガーゼで
水気をふきとります。



- 6 石けんをよく泡立て、
沐浴布を片方ずつ
はずしながら、首から
ゆきの下、ひじ、手のひらも
ていねいに洗います。



- 7 胸やおなかは、
手のひらでさっとなで
洗いします。
おへそはこすらない
ようにしましょう。



- 8 股間、足へと下部を洗います。石けんは泡立ちが足りなくなったら、随時補います。



- 9 うつぶせにします。赤ちゃんのゆきの下をしっかりとさえて、背中とおしりを洗います。



- 10 洗面器にとったお湯を、上り湯として十分にかけます。



- 11 タオルで全身をおさえるようにして、水分をていねいにふきとります。



