



がんばれ!

子育て日記



子どもが“夜泣き”をしてしまったら…

生後まもなく「夜泣き」が始まりますが、なかなか泣き止んでくれなくて困ってしまい、疲れてしまう親御さんも多いと思います。

子どもの夜泣きはよく、「夢を見ているから」とか「甘えて泣いているから」などと言われますが、今のところ医学的な原因ははっきりわからないそうです。

同じ兄弟姉妹でも、夜泣きをする子としない子がいて「どうしてこの子だけ？」と思うこともあるかもしれませんが、これはその子の生まれ持った資質として、開き直ることも必要だそうです。

だからといって「夜泣きは仕方ない…」とほうっておくと、親子の信頼関係しんらいかんけいが作れなくなってしまうそうです。

なので、子どもが夜泣きをしたら、まず、赤ちゃんが不快な思いをしていないかチェックしてあげましょう。

『お腹は空いていないか?』、『おむつが汚れていないか?』、『暑すぎたり、服が窮屈きゆうくつだったりしていないか?』、『湿疹しっしんやかぶれはないか?』、『鼻がつまっていないか?』など…。

チェックして大丈夫そうだったら、抱っこしてあやしたり、車でドライブしたり、体をさすってあげたりしましょう。

また、「寝ついたと思って布団におろしたら、またすぐに泣いてしまった…」というときもあります。そういった場合は、毛布ごと抱いてあやし、眠ったら毛布にくるんだ状態のまま置いてあげると起きないことが多いようです。

子どもの夜泣きは夫婦間の協力がとても大切ですので、二人で泣き止ませる工夫を見つけたり、当番制でなだめたりして、乗り切っていくしましょう!

