

小さく早く生まれた赤ちゃん

生まれたときの体重が2,500g未満の赤ちゃんを低出生体重児、1,500g未満を極低出生体重児、1,000g未満を超低出生体重児といいます。また、予定日より早く生まれ、お母さんのお腹の中にいた期間が37週未満の赤ちゃんを「早産児」といいます。

脳

血管にもろい部分があったり、血流調整が未熟なことがあります。

心臓

心臓が未熟だったり、血管の構造が整っていないことがあります。

肺

肺が膨らみにくく、呼吸が速かったり、皮膚の色が悪いことがあります。

血液

黄疸が進行しやすかったり、貧血になることがあります。

体温

体温調整が未熟で低体温になりやすいです。

感染

お母さんから十分に抗体をもらっていないため、感染に弱い傾向があります。

体の機能が未熟で医療的フォローが必要だったり、発達もゆっくりだったりしますが、同じ早産児でも、経過はその子その子で様々です。起こりやすい症状や成長の見通し、など医師や看護師に相談してみましょう。

なして早く産まれたの？←私知りたい。(25w0d/772g/3歳)

知っておきたいこと

小さく早く生まれた赤ちゃんに起こりやすいこと

小さく早く生まれた赤ちゃんたちは、さまざまなハードルを乗り越えながら大きく育っていきます。赤ちゃんによって経過は違うため、ここで説明していることが必ずしも起こるわけではありませんが、赤ちゃんのことを考えて不安や心配になってしまうこともあると思います。NICUスタッフは出来るだけのことをして、赤ちゃん和妈妈、パパを応援しています。大切な赤ちゃんのことを、医師や看護師と一緒に話すことで、ママとパパの不安や心配が軽くなることもありますので、気になることは何でも聞いてみることをお勧めします。

1 呼吸窮迫症候群

肺には肺泡（はいぼう）という空気が入る小さな袋があり、その袋を拡げておくためにサーファクタントという物質が産生されています。しかし、早産の赤ちゃんには、生まれて数日間サーファクタントが産生されない状態が起こることがあります。このように、肺泡での酸素と二酸化炭素のガス交換が十分に出来ない状態を呼吸窮迫性症候群と呼びます。気管に入れたチューブを通じて、人工サーファクタントを肺泡へ投与することで治療すると肺泡が拡がり呼吸状態は改善します。どんなに早く生まれても、生後数日すると、赤ちゃん自身がサーファクタントを産生し続けるようになります。

おめでどうって言ってもらえるけど、本当におめでどう？
何がおめでどう？と否定的な気持ちが多かった。
(28w2d/1190g・1280g/1歳)

知っておきたいこと

2 未熟児無呼吸発作

早産の赤ちゃんたちは、呼吸をときどき休んでしまうことがあります。すぐに呼吸が再開できればいいのですが、脳の呼吸中枢が未熟であることや気道が軟らかいため呼吸を再開するのが難しい場合には、体の中の酸素濃度低下や心拍数低下が起こります。この状態を未熟児無呼吸発作と呼びます。治療は人工呼吸器で呼吸を助けてあげたり、呼吸中枢を刺激する薬を投与したりします。赤ちゃんの成熟に伴い軽快します。その時期には個人差がありますが、出産予定日近くになると消失することがほとんどです。

3 慢性肺疾患

赤ちゃんの呼吸する力が未熟な場合には、高い濃度の酸素投与や人工呼吸が必要です。しかし、未熟な肺の組織は長期の高濃度酸素や人工呼吸によってダメージを受けやすくもあります。体が大きくなるにつれて肺の組織も増えるので、ダメージを受けた肺組織は修復しやすくなりますが、ダメージが強い場合や修復力が弱い場合には、酸素投与や人工呼吸が長期に必要になることがあります。この状態を慢性肺疾患と呼びます。ダメージが強い場合でも、出産予定日頃までには、酸素投与や人工呼吸は必要なくなることがほとんどですが、一部の赤ちゃんは予定日を超えて酸素投与や人工呼吸が必要になることもあります。



いまだに言われることあるけど、年齢のわりに小さいねーと言われるとムカッとする。何も知らないくせに〜！（36w/1874g/4歳）

知っておきたいこと

4 脳出血

脳の血管の発達が未熟な早産児では、生後5日頃までは脳の血管がもろいため脳内に出血を起こすことがあります。脳血管が血流量の変化に耐えられないと出血してしまいます。小さな出血は後遺症とあまり関係ありませんが、大きな出血、脳実質への出血、出血後水頭症（脳室という場所に脳脊髄液が過剰に貯留した状態）の場合には後遺症も心配です。出血後水頭症の場合には、髄液の過剰な貯留をよわらせる手術が必要になることがあります。

5 未熟児網膜症

早産児では、眼の網膜血管の発達が未熟な状態で生まれます。生後に網膜血管が順調に発達する場合はよいのですが、異常な新生血管が発達してしまうことがあります。この異常な新生血管の発達が目立つ状態を未熟児網膜症と呼びます。治療としては、網膜レーザー治療や硝子体内注射があります。多くの赤ちゃんでは、予定日頃には軽快してきますが、ごく一部の赤ちゃんでは異常な新生血管を抑えられず網膜剥離に進行することがあります。網膜剥離に進行した場合には失明することがあり、硝子体手術という特別な手術が必要になることがあります。



すごく嬉しかったけど、不安が勝り、育てていけるのか、目の前にいるのは本当に我が子なのか？と感じてしまった。（32w/1548g/5歳）

知っておきたいこと

6 未熟児動脈管開存症

子宮内では赤ちゃんは肺で呼吸していないことから、心臓から肺へ向かうほとんどの血液は、動脈管という血管を経由して大動脈から全身へ流れています。赤ちゃんが生まれて肺で呼吸を始め心臓から肺への血流が増えると、この動脈管は必要なくなり自然に閉じます。しかし、早産児では自然に閉じない場合があります、全身に流れるべき血液が肺へ流れてしまいます。この血流のバランスがくずれることで、心不全や肺出血などが起きやすくなります。治療としては、動脈管を閉鎖させる薬を投与しますが、この薬の効果が無いときには、手術で動脈管を閉じる場合もあります。

7 壊死性腸炎

壊死性腸炎とは、腸管組織への血流減少と細菌感染症が重なることで腸管組織が壊死してしまう病気です。病態は未だ十分に解明されていないため、予防法は確立していませんが、早産児にとって母乳には壊死性腸炎の発症を減らす効果があると言われています。壊死性腸炎を発症した場合は、腸を休ませるため母乳やミルクの注入を一旦中止して点滴による栄養補給を行い、細菌に対する抗生剤を投与します。重症な場合には手術を必要とする場合もあります。近年の発症頻度は比較的低いのですが、後遺症に関係することが多いので心配な合併症です。



3年前ですが昨日のこのように思い出します。この世に産まれてきてくれた娘に感謝しています(23w/542g/3歳)

知っておきたいこと

8 感染症

細菌など病原体が体に悪影響を起こしている状態を感染症と呼びます。早産児は病原体から体を守る免疫力が未熟なため感染症が起りやすくなっています。また、治療のためのチューブや点滴のカテーテルが入っていることも感染症の原因になります。赤ちゃんたちの感染症は進行が速いため、早期に疑い早く治療を開始することが最も大切です。病原体に対する抗菌薬を投与するのが治療の基本になります。免疫力を補うための血液製剤(免疫グロブリン)を投与することもあります。

★RSウイルス感染症

RSウイルス感染症とは、主に寒い季節に多く見られ、発熱や鼻水などの風邪症状に加え、咳や「ゼーゼー」「うーうー」となるような呼吸音がみられる感染症です。2歳までにほぼすべての乳幼児が一度はRSウイルス感染症を経験すると言われていますが、早産児や低出生体重児が感染すると重症化のリスクが高く、酸素吸入や人工呼吸器管理が必要となることがあります。予防のためのワクチンはありませんが、重症化を防ぐために免疫注射製剤(パリビズマブ:商品名シナジス)を使用する場合があります。免疫注射製剤の適応や使用期間に関しては、医師との相談になります。

感染予防には手洗いがとても大切です。また、かぜの症状があるときには、マスクの着用、手指の消毒をし赤ちゃんに接しましょう。



出産が急遽決まったから、心がついていなかった。(34w/1848g/0歳)

知っておきたいこと

9 未熟児貧血

骨髄で赤血球を作る力が未熟であることや、赤血球を作るための材料となる鉄が体内で欠乏しやすいため、早産児は貧血になりやすい状態です。このため、骨髄での赤血球を産生する力を増やすホルモンであるエリスロポエチンを定期的に皮下注射し、鉄剤を毎日内服します。貧血が進行した場合は赤血球輸血を行うことがあります。エリスロポエチンの皮下注射と鉄剤内服で、赤血球輸血を避けることや赤血球輸血の回数を減らすことが可能です。

10 未熟児くる病

早産児を母乳栄養のみで栄養管理すると骨をつくるために必要なカルシウム、リン、ビタミンDが不足しがちです。これらの不足が続いた場合は、骨の形成が遅れ、骨折することもあります。そのため、母乳にカルシウムやリンを加えることが一般的であり、ビタミンDも必要に応じて補充します。これらの栄養管理で、骨の形成が遅れる未熟児くる病という病気は現在少なくなっています。



小さな気になることは沢山あるけど、それより毎日楽しそうな笑顔を見るとそれだけで満足♡ (34w0d/1272g/2歳6ヶ月)

知っておきたいこと

★SGA性低身長症について

SGAとは「Small for Gestational Age」の略で、SGA児は、生まれたときの大きさが、お母さんのお腹の中にいた期間（在胎期間）に応じた標準身長・体重よりも小柄な状態で生まれた子どもです。

多くの場合は、2～3歳までの間に身長や体重が標準の範囲に追いつきますが、その時期になっても成長が追いつかなかった場合は「SGA性低身長症」が疑われます。

SGA性低身長症の治療としては、3歳以降に成長ホルモン療法が適用されます。成長ホルモン治療を開始するためには、細かい基準がありますので、SGA性低身長症の診断や治療については、かかりつけの医師に相談しましょう。



色々なこどもがいる事、命の大切さ、生きようとするたくましさなど実感することができた。(32w/1548g/5歳)



知っておきたいこと

★ 予防接種・健診

■ 予防接種について

予定日より早く生まれていても、生まれた日から換算した月齢（暦月齢）で予防接種を始めるのが原則です。生後2か月以降で、赤ちゃんの状態が安定しており、担当医が予防接種可能な体重であると判断した場合には、NICU入院中に始めることもあります。詳しいことは、担当医に聞いてみましょう。

■ 乳幼児健診について

乳幼児健診では成長・発達の確認、診察以外にさまざまな情報提供がされますので受診しましょう。もし周りの子どもとの身体の大きさの違いなどが気になるようであれば、修正月齢で受けられることもありますので、お住まいの市町村の子育て世代包括支援センターや保健センターへ相談してみましょう。

赤ちゃんの生きる力の強さと現代医療の充実に助けられました。病院にもとても感謝しています。（34w0d/1272g/2歳6ヶ月）

♡ ママからの質問に答えます！ ♡

Q 退院時に向けて準備をすることはありますか？

A 赤ちゃんとお過ごす環境を整える。例えば、寝る場所の準備や、家の掃除など基本的には正期産で生まれた赤ちゃんと同じです。面会や毎日の授乳など大変なので、自分のできる範囲で、無理なく揃えましょう。無理は禁物です。洋服や肌着などは退院の際にどれくらい大きくなっているか見当がついてから揃えても良いですが、多少大きめでも折って着させたりすることもできるので、「これを着せたいな」と思うものが見つかったら購入しても良いかもしれません。赤ちゃんの成長を見て、オムツの大きさや洋服の種類を決めましょう。

また、他に家族での役割分担や赤ちゃんがいる生活について話しておくのも良いでしょう。他にはかかりつけ医までの道や診療時間など調べておく心安心かもしれません。どちらにせよ、無理のない範囲で準備しましょう。



小さい方が洋服も長い間着られるし、ちっちゃい方が可愛いし♡とひねくれた思考をしていた。（34w/1272g/2歳6ヶ月）

♡ママからの質問に答えます！♡

Q 入院中は授乳時間ごとにミルクを飲んでいたので、退院したらミルクを残してしまったり、授乳間隔も一定ではなくなってしまいました。たくさん飲んで大きくなってもらいたいので心配です。

A 授乳量にムラが出てくるのも成長のしるしです。時にはミルクを残してしまうこともありますよ。また、母乳の場合には授乳量を確認するために授乳前後に体重を量るママもいるかもしれませんが、赤ちゃんの機嫌が良く、おっぱいやミルクを元気に飲んでいるようであれば大丈夫です。心配な場合には、健診や育児相談で体重の増えを確認してもらい、医師や保健師などに相談してみましょう。



コロナ禍の入院で、自分の子なのに毎日会うことができなくて悲しかった。(34w2d/2202g/3歳、28w4d/684g/1歳)

♡ママからの質問に答えます！♡

Q 離乳食の進め方は？

A 離乳食の開始は修正月齢を参考にしながら、お子さんの発育とともに食べる機能（唇や舌などの動き）をみながら離乳食を始めましょう。体重増加や食べる意欲がある場合には、お子さんの修正月齢にかかわらずお子さんに合わせて早く進めてもよいでしょう。

Q ごはん（離乳食）をなかなか食べてくれません。

A 小さく生まれた子どもには、小食のことがよくありますが、年長以降になると心配がなくなることがほとんどです。小食の場合は時間をしっかりと決めて四回食にしてみることもよいでしょう。好き嫌いが出てくるのは発達の証でもあります。中には食感やにおいなどが敏感なために食べられなかったり、飲めないものがあります。無理強いせず、細かくして混ぜたり、一緒に準備をしたり、自分から食べられる工夫をすることが大切です。



出産おめでとうではなくお疲れ様としか言われなくて、とにかく不安だった。(27w/1094g/4歳)

♡ママからの質問に答えます！♡

Q 食事の時に席についてられないことや、集中して玩具で遊べないことがよくあります。落ち着きがないようで心配です。

A 運動の発達がゆっくりなことがあります。動けるようになったことが嬉しくて一見落ち着きがないように見えることがあります。目的をもって動いているのであれば心配しすぎる必要はありません。落ち着きやすい環境になっているかも確認が必要です。おもちゃが多すぎたり、常にテレビがついていないようにします。子どもの中には、体をたくさん動かすことが好きな場合があります。そのような場合は、食事の前にたくさん体を動かして遊んでみましょう。

Q 意味のある言葉をなかなか話しませんが大丈夫でしょうか。

A 個人差はありますが、出産予定日から1歳半ごろまでに意味のある言葉が一つでも出ているかどうかが目安です。言葉の発達がゆっくりな場合は、言わせようとすると余計に言わなくなってしまいます。場面にあった声かけをして、言われたことの理解を発達させてあげましょう。言葉話し始めて発音がうまくできないときは、無理に言い直しをさせないようにして、周囲の大人が正しい発音で話して聞かせてあげるとよいでしょう。



赤ちゃんや出産の話をして、いや、ウチは普通じゃないし…と卑屈になっていた。(30w6d/736g/1歳)

♡ママからの質問に答えます！♡

Q 体重や身長がなかなか増えずに悩んでいます。

A 小さく生まれたお子さんは、ゆっくりですが標準の体格に追いついていくことが多いです。
なかなか大きくなれないお子さんの中には、飲んだり食べたりすることが上手ではないお子さんがいたり、成長ホルモンの分泌や反応がうまくいっていないお子さんもいます。まれに、病気がかかっていることもあります。
ご心配な場合はかかりつけの小児科（または新生児科）の先生にご相談ください。

Q 発達のことでも気になる時はどこに相談したら良いですか。

A 病院のフォローアップ外来で相談したり、お住まいの市町村の子育て世代包括支援センターや保健センターにご相談ください。
また、産後ケア事業を利用した際に、助産師へ相談することも可能です。



コロナ禍で面会時間は限られていたが、小さく産まれてNICUにいたからこそたくさんの人に抱っこして可愛がってもらってよかった。(27w1d/890g/1歳3ヶ月)