

# 赤ちゃんが泣きやまない

泣きへの理解と対処のために



赤ちゃんに恵まれ、育てることは、  
幸せを運んでくれる素晴らしいことです。  
しかし、大変さもあります。

例えば **赤ちゃんの泣き。**

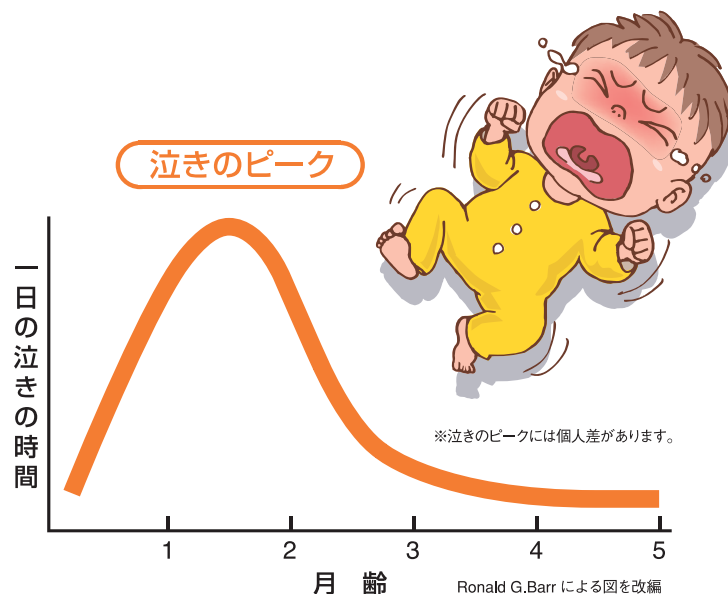
自分の想像以上に赤ちゃんに泣かれたら……  
あなたはどうしますか？



とく ちょう

# 赤ちゃんの泣きの特徴を知る。

- これまでの研究で、<sup>かか</sup>関わり方によらず生後1-2か月に泣きのピークがあることがわかりました。
- そのときの泣きは、何をやっても泣きやまないことが多いこともわかっています。
- しかし、ピークが過ぎれば、泣きはだんだん<sup>おさ</sup>収まってきます。



2

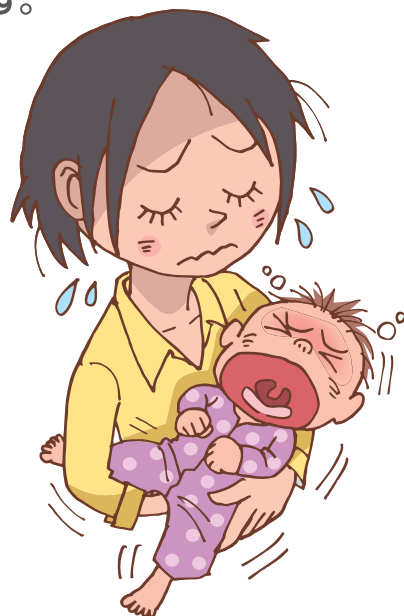
し こと

# 赤ちゃんは泣くのが仕事です。

- 赤ちゃんは泣くのが仕事、泣いて当たり前です。
- 赤ちゃんが泣いても、<sup>だれ</sup><sup>わる</sup>誰が悪いわけでもないのです。
- 泣かれてイライラしても、当然のことです。



独立行政法人  
国立成育医療研究センター研究所  
成育社会医学研究部 部長  
藤原 武男 医師・医学博士



3

# 無理に泣きやませようと…。

- 泣かれてカッとなって、無理に泣きやませようと激しく揺さぶってしまうことがあります。
- それで泣きやんでも、脳にダメージをきたして泣きやんでいるだけなのです。



※揺さぶりの危険性を伝える人形

赤ちゃんの泣き声に、ついイライラし、激しく揺さぶってしまう。実際に激しい揺さぶりを目の当たりにした保健師の方に伺いました。

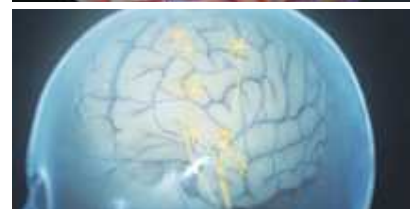
【保健師 相田さん 談】

これは私の体験談なのですが、保健師としてあるご夫婦の自宅にお邪魔したときに、しばらくしてお子さんが泣き始めました。泣きやまないでお父さんが様子を見に行ったのです。少して赤ちゃんは泣きやんだのですが、その泣きやみ方に違和感を感じて、私は様子を見に行きました。すると、お父さんが赤ちゃんを縦に抱っこして激しく前後に揺さぶって、泣きやませようとしていたのです。危険なのですぐに止めました。大事に至りませんでしたが、泣かれて激しく揺さぶってしまうことが身近にあるとわかり、その危険性をきちんと伝えていかないといけないと思いました。



# 揺さぶりのメカニズムを知る。

- まず、赤ちゃんの脳はとても柔らかくダメージを受けやすい状態にあります。
- また、赤ちゃんの頭は体に比べてとても大きいのです。
- そして、激しく揺さぶられると、首がムチのようになり、頭の中に大きな回転力が加わります。
- すると、脳のまわりの血管や脳の神経が引きちぎられてしまいます。
- これを「乳幼児揺さぶられ症候群」といいます。



# ゆ 揺さぶりによる乳幼児への影響。 にゅう よう じ えい きょう

赤ちゃんの頭の中はとても脆いので  
はげ ゆ 激しく揺さぶると重大な後遺症が残る可能性があります。  
こう い しょう

たとえば将来的に…

げんごしょうがい  
言語障害

がくしゅうしょうがい  
学習障害

ほこうこんなん  
歩行困難

しつめい  
失明

そして、最悪の場合は死にいたることもあります。



6

## 赤ちゃんの泣きへの対処法。 たい しょ ほう

まず、赤ちゃんが欲しがっていると思うものを  
たしかめてみましょう。



ミルクをあげる



おむつを替える



抱っこをする

赤ちゃんが暑がっていないかなど、思いつくものをたしかめてみましょう。  
あつ

7



次に、たとえば赤ちゃんがお母さんのお腹なかの中にいたときの  
状態じょうたいを思い出させてあげましょう。



おくるみで包んであげる



「シー」という音を聞かせる



ビニールをクシャクシャさせる

その他に、ドライブに行くなど、心地こころよい振動しんどうで泣きやむこともあります。いろいろ試ためしてみましよう。  
また、高熱こうねつが出ていたり、心配いりょうきであれば、医療機関いりょうきかんを受診じゅしんしましょう。

## 赤ちゃんがどうしても泣きやまないとき。

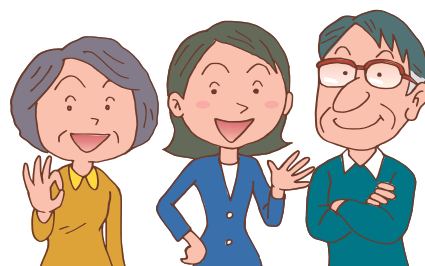


- いろいろ試ためしても泣きやまない。  
それでも問題もんだいありません。
- その時は、赤ちゃんを安全な場所に寝かせて、その場はなを離れましょう。
- そして自分がリラックスしましょう。
- 少ししたら、戻もどって  
赤ちゃんの様子ようすを確認かくにんしましょう。



# 決して赤ちゃんを 激しく揺さぶらないでください。

- 無理に泣きやませようと激しく揺さぶらないでください。
- また、泣き声が周囲に聞こえないようにと赤ちゃんの口をふさがないでください。
- 赤ちゃんの泣きの特徴と激しく揺さぶってはいけないことを、  
家族に知ってもらいましょう。
- 泣かれてイライラするのは誰でも同じ。  
赤ちゃんのお世話をする全ての人に  
揺さぶりの危険性を知ってもらいましょう。
- また、ご近所にも赤ちゃんの泣きの特徴を知ってもらいましょう。



10



## 【協力・監修】

独立行政法人  
国立成育医療研究センター研究所  
成育社会医学研究部 部長 藤原 武男 医師・医学博士

認定特定非営利活動法人  
子ども虐待ネグレクト防止ネットワーク  
理事長 山田 不二子 医師

国立大学法人  
東京工業大学  
情報理工学研究科 准教授 宮崎 祐介 博士(工学)

## 【協力・CG制作】

SCIEMENT 株式会社 サイアメント

## 【制作】

厚生労働省