



保健だより げんきっこ



★今月のテーマは「ウンチ・トイレについて知ろう」です。

【子どもの便秘を防ごう】子どもの便秘は珍しくありませんが、悪化すると腸が異常に膨らんだり、便のお漏らしが続いたりすることもあります。子どもの便秘に早く気づいて対応することが大切です。

子どもの便秘をチェック…排便が週に3回よりも少なかったり、5日以上出ない日が続ければ、それはもう立派な便秘です。毎日出ても柔らかい便が少しづつ出る、小さいコロコロの便になるのも便秘が疑われます。また、悪化すると治療が必要になることもあります。

チェック	4歳未満の乳幼児	チェック	4歳以上
※1ヶ月以内に2項目以上当てはまる場合			※1ヶ月間にわたり週1回以上、2項目以上当てはまる場合
<input type="checkbox"/>	排便が週2回以下(3回より少ない)	<input type="checkbox"/>	排便が週2回以下(3回より少ない)
<input type="checkbox"/>	便を大量に溜めていたことがある	<input type="checkbox"/>	週に1回以上便を漏らす
<input type="checkbox"/>	便をする時に痛がる	<input type="checkbox"/>	足をクロスさせて排便を我慢する
<input type="checkbox"/>	いつもより明らかに大きな便をした	<input type="checkbox"/>	また、過度に我慢する
<input type="checkbox"/>	下腹を触ると大きな便があるのが分かる	<input type="checkbox"/>	便をする時に痛がる、固い便をする
※トイレトレーニングが済んだ小児は以下の基準を用いても良い。			下腹を触ると大きな便があるのが分かる
<input type="checkbox"/>	週に一回以上、便を漏らす	<input type="checkbox"/>	トイレが詰まるくらいの大きな便をした
<input type="checkbox"/>	トイレが詰まるくらいの大きな便をした		

