

～4か月頃の困り事～



なぜ起こるの？

赤ちゃんは鼻の穴の中が狭いため、少しの気温や湿度の変化で鼻水や鼻づまりを起こします。

対応法



- 温かいタオルや蒸したタオルで鼻をあたためて、鼻水を出しやすくする。
- 加湿器で部屋の湿度を調整する。（湿度は50%～60%程度）
- 綿棒にベビーオイルをつけ、すべりをよくして鼻掃除をする。

授乳中に鼻をふがふがする時は、上記の対応法を試したり、ミルクを少しずつ飲ませてあげるようにしましょう。

受診のポイント

- 黄色っぽいどろどろの鼻水が出て、くしゃみや発熱などがある時。