

綿棒刺激

排便回数の理想

週3~4回うんちがあることが理想です

用意するもの

- ・ 綿棒(大人用でもOK)
- ・ ワセリン(またはベビーオイル)
- ・ おむつ・おしりふき
- ・ 汚れてもいい敷物(排便時に汚れ防止)

綿棒浣腸の方法



手順(綿棒刺激のやり方)

1. 手を清潔に洗う
2. 赤ちゃんを仰向けまたは足を持ち上げた体勢にする
3. 綿棒の先にワセリンをたっぷりつける
4. 肛門に綿棒の先を 1~2cm 程度(赤ちゃんの年齢に応じて)やさしく挿入
5. 肛門の内壁をくるくると円を描くように 5~10 秒ほどやさしく刺激
6. 綿棒をゆっくり抜く
7. おむつをつけて様子を見る。すぐに排便があることも

タイミング

- ・ 毎日してOK！(1日に1~2回程度)
- ・ 綿棒刺激はクセになりません
- ・ 本人がいきんでいるタイミングも効果的です

★刺激をしても2日以上排便なければ受診しご相談下さいね！