

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)

- 手を清潔に洗う
- 赤ちゃんを仰向けまたは足を持ち上げた体勢にする
- 綿棒の先にワセリンをたっぷりつける
- 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
- 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
- 綿棒をゆっくり抜く
- 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！