

# おむつ交換

赤ちゃんの肌は大人よりも薄くて傷つきやすく、新陳代謝もさかんで汗をかきやすいため、おむつの中はむれやすく皮膚トラブルを起こしやすい状態にあります。

うんちやおしっこ回数も多いため、おむつは汚れたらすぐに取り換えましょう。

## 準備するもの



写真は座布団を使用していますが、マット等を使用してもかまいません。

- ① おしり拭き  
(ぬらしたコットンなど)
- ② おむつ
- ③ ビニール袋
- ④ バスタオル

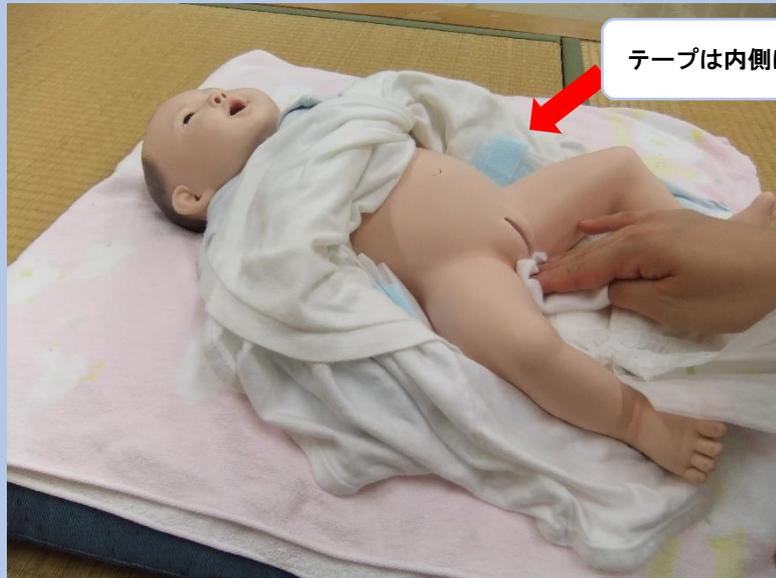
## 1. 新しいおむつを下に敷く



- ・服を開き、取り換える前のおむつの下に、新しいおむつを敷きます。
- ・赤ちゃんのおしりの下に手を入れて腰を支えながら、おへそと同じ高さくらいまで深く差し込みましょう。

# おむつ交換

## 2. 汚れたおむつを開き、おしり拭きで拭きとる



テープは内側に折り込む

- ・汚れたおむつを開き、うんちや汚れをおしり拭きで拭きとります。
- ・この時、赤ちゃんの肌をテープで傷つけないよう、はずしたテープを内側に折り込みます。
- ・ごしごし拭いてしまうと傷ついてしまうので、やさしく拭きとりましょう。

### <拭くときのポイント>

- 女の子：上から下（尿道から肛門）に向かって拭きます。  
逆に拭くと、大腸菌が尿道に入ってしまう炎症を起こすことがあります。
- 男の子：陰のうなどの裏側にうんちや汚れがたまりやすくなっています。  
持ち上げて裏側までしっかり拭きとりましょう。

# おむつ交換

## 3. 汚れたおむつをはずす

- ・汚れたおむつを手前から内側に丸めます。
- ・赤ちゃんのおしりの下に手を入れて腰を支えながら引き抜きましょう。



- ・両足を引っ張るようにして腰を持ち上げないようにしましょう。股関節脱臼の危険性があります。

## 4. 新しいおむつをあてる

内側のギャザーを立てながらあてていきます。



- ・テープは左右対称になるよう留めます。
- ・おなかの部分は指が1～2本入るくらいゆとりをもって留めましょう。

# おむつ交換

## 5. 服を整えて片付ける



- ・服のしわを伸ばして整えます。
- ・汚れたおむつは内側に丸めてテープで留め、ビニール袋に入れます。
- ・終わった後は必ず手を洗いましょう。