

『おむつ交換』

大事なスキンシップのひとつです。

子どもに話しかけながらおむつ替えをしましょう。

テープタイプのおむつ替え

1. 新しいおむつをおしりの下に入れ、汚れたおむつを開きます。そして、おしりふきでシワやヒダの間もきれいに拭きます。この時、必ず**前から後ろに拭くようにしましょう！**
2. 子どもの足首をつかんで慎重におしりを浮かせ、その下に新しいおむつをスライドさせます。
(この時、おむつの上端がおへその上までくるように)。
3. おむつを閉じる時は、内側のギャザー部分をきちんと立てて（モレ防止）、おへその上まで引き上げます。きつすぎずゆるすぎないくらいの感覚で、テープが左右対称になるように留めます。調整の目安は、ちょうどおむつとおなかまわりに2本の指が入るくらいです。
※男の子は、おちんちんを下に向けておきましょう。上向きだと上部からモレる原因になります。
4. 最後にフィット感などをチェックして、脚周りのギャザーが内側に入り込まないように整えます。
(ギャザーが内側に入っているとモレの原因に)。

【 悩みQ&A 】

- Q. おむつモレの原因は？
- A. おむつのサイズ・フィット感・尿の量が増えた・付け方などチェックしましょう。

パンツタイプのおむつ替え

1. 汚れたおむつを脱がせます。
(しっかりと立つことができるようになったら、つかまり立ちをした状態での交換もOK)。
そのままパンツを下ろして脱がすか、おむつのサイドを破って取り外します。
《うんちの時のおすすめ》



サイドを破れば、簡単に脱がすことができます。

※うんちに気づいたら、できるだけ早く替えてあげましょう。うんちが長い間、子どものデリケートな肌に触れたままだと、肌荒れやかぶれの原因に！

2. おしりふきでシワやヒダの間もきれいに拭きます。この時、必ず**前から後ろに拭くようにしましょう！**
3. 仰向けで替える時は、おむつの足の付け根から中に手を入れて、片足ずつ入れていきます。立って交換する場合は、つかまり立ち状態で片足ずつ通していきます。おへその上までしっかり引き上げましょう。