

Let's

子育て!

赤ちゃんの夕暮れ泣き?



生後2~3カ月の赤ちゃんが、夕方になると、突然ビックリするくらい大きな声で泣き出すことがあります。オッパイをあげても、オムツを替えても、抱っこしても全然泣きやんでくれません。ひどいときは2~3時間泣き続けることもあります。

これは「**夕暮れ泣き**」です。3ヶ月コリックとか黄昏(たそがれ)泣きとも言います。原因ははっきりしていませんが、夕方になって赤ちゃんの胃腸が疲れてくると、おなかにガスがたまるから泣く、という意見も聞かれます。

残念ながら、夕暮れ泣きに効くこれといった方法はありません。けれど、赤ちゃんがおなかの中で聞いた心音に似た音を聞かせてあげると、泣きやむこともあるようです。例えば、テレビの砂嵐の音、スーパーの袋をこすったときのガサガサという音などです。ちょっと不思議ですね。

夕暮れ泣きは病気ではないので、数週間から数ヶ

月で自然と治まります。夕方はお母さんも忙しいときなので、あまり泣かれるとついイライラしたり、逆に心配しすぎてオロオロすることもあるでしょう。中には、自分の子育てに自信がなくなってしまうお母さんもいるようです。

でも、大泣きする以外に変わった様子がなければ、できるだけゆったりとした気持ちで赤ちゃんに接してあげましょう。赤ちゃんはお母さんの気持ちに敏感ですからね。

