

## 厄介な思い込み

先日乳児健診で、「うちの子は、よく首を振る」と相談を受けました。もちろん診察中には、首を振るような仕草は見られません。また同じように「日中泣いている」、「いつも目を痒がっている」、「よく耳を触っている」などの訴えも聞きます。確かに首を振ることがいれん、目を擦ることが結膜炎耳を触ることが中耳炎ということもあるでしょう。しかし、大人でも肩凝りのため首を振ったり、眠気に負けないように目を擦ったり、何となく耳が痒くなることは珍しいことではありません。普通は、誰も気にしない動作のはずです。どういふ訳か子どもが同じような動作をした場合には、気になってしま

うのです。「いつも」とか「よく」についても、考えなければなりません。いつもであれば、健診中も同じ動作をするはず。いつもと思ってしまう原因は、不安や心配によるものなの

です。そして、病気ではないかとの思い込みにより、その動作が1日中続いているように感じて、不安を益々大きく膨らませてしまします。一日中泣いて、いつも首を振っていたら哺乳も出来ないし、よく掻いていたら傷だらけになるということを忘れてしまつて、病気というものはある意味では正直で、放つておけば症状が悪化し、他の症状を伴うものです。このような訴えのお子さんの多くは、実際には元気で哺乳も十分でぐっすり眠っているのです。不安を感じながらお子さんを見てしまうと、「木を見て森を見ず」という言葉で示されるように、二つの動作や症状だけを見てしまい全体を冷静に判断する余裕が無くなつてしまいます。

発達に対する思い込みも、よくあることです。2ヶ月のお子さんが親を認識しないと心配し、7ヶ月でハイハイをしないと不安になつてしまいます。発達には時期と順序があります。例えば首が坐るのは3ヶ月、他人の区別は5ヶ

月、ハイハイは9ヶ月などです。発達には個人差があり、出来る出来ないだけで一概に異常と判断することは難しいことです。

厄介な思い込みは、どこから来るのでしょうか。一つは知識不足でしょう。発達の経過や病気について知らなければ、勉強する必要があります。もう一つは、他のお子さんとの比較です。「隣りの子が出来るのに、うちの子は出来ない」、「友達の中耳炎と言われた」などです。比較することが無意味なことを知っているはずなのに、不思議に比べてしまうのです。人が100人いれば、皆違う顔をして、性格も違うことを知っているのに。

この厄介な思い込みから解放されるには、心配な気持ちを取り除くことです。不安や心配の解消のためには、経験から学ぶ「ママゴン4月号親の心配」だけでは不十分で、正しい知識を身に付ける勉強も必要です。勉強といつても育児書や医学書を端から端まで読むということではありません。診察や健診の時に小児科医に疑問をしっかりと聞くだけでも、知識となるはず。老婆心ながら付け加えて

おきますが、病気に関しての周囲の人たちのアドバイスの半分は、間違っていると思つたほうがよいでしょう。そして重要なことは、全体を見る習慣をつけて、それから一つ一つの動作について判断することです。時には母親という立場から離れて、お子さんを客観的に見ることも大切なことのひとつです。そして、小児科医とのコミュニケーションをとり、病気や育児に関する確かな情報を引きだして、厄介な思い込みと「さよなら」しましょう。

ナビゲーター

小児科専門医

川村 和久

／ 仙台市在住



医療法人社団かわむらこどもクリニック医院長。日本の小児科サイトを運営する、言わずと知れた小児科専門医。「お母さん達の心配・不安の解消」を理念に、日々の診療にあたっている。宮城県小児科医会理事。2001年には医師として大変名誉のある日本小児科学会バネリストとして選ばれる。

【2008年4月号「ひよこクラブ」】「小さく生まれた赤ちゃん5人のすくすく成長日記」のコーナーを監修し疑問や悩みに答えるとともにメッセージを掲載。

<http://www.kodomo-clinic.or.jp/>