

赤ちゃんや幼児がいらっしゃる方へ

赤ちゃんや幼児をあずかっておられる保育士の方へ

災害後、お子さんにこんな症状はありませんか？

- ・ なかなか寝つかない、小さい物音にもびっくりする。
- ・ 見知らぬ場所(はじめての所)を極端にこわがる、心配そうにする。
- ・ 特定のものや場所(暗い所や狭い所)を極端にこわがる。
- ・ 特定の状況で機嫌がわるくなる。
- ・ 泣く元気もない(ミルクをのまない。なかなか食べようとしない)
- ・ しがみついて離れない、後追いが激しくなる。
- ・ これまで話せたことばが話せない。
- ・ 今までできていたことも出来なくなる。(一人で食べていたのに、食べさせてほしがる。トイレ一人で行けなくなった)
- ・ 甘えが強くなり、ぐずりやすい。わがままになる。
- ・ 悪夢を見ているようだ。うなされる。夜中に目を覚ましてぐずる。

これらの症状がある場合は、非常に強い恐怖の体験をしたときにおこる、心が混乱した状態です。

これを「急性ストレス障害」長期化すれば、「外傷後ストレス障害」といいます。

症状が非常に強い場合は専門の医療機関にご相談ください。(特に食べない、飲まない状態が強い場合には、脱水症状が生じ、点滴などの補液が必要となります。)

このリーフレットは、中国四国小児心身症学会(現日本小児心身医学会中国四国地方会)により平成13年3月の芸予地震の際に配布されたものです。今回の災害にともなう心のケアのために地方会の配布許可を得ております。

このリーフレットについてのお問い合わせ先(日本小児心身医学会中国四国地方会会長)

広島県立障害者療育支援センターわかば療育園 河野 政樹 (広島県小児科医会こどもの心委員長)

〒739-0113 広島県東広島市八本松町米満198-1

参考文献 日本小児精神医学研究会 編「災害時のメンタルヘルス」