



看護師
山本かん菜



看護師
野田明日香

乳児股関節脱臼の予防について

私達は、新生児室に勤務している看護師です。新型コロナウイルスに振り回される毎日ですが、少しずつ暖かくなり、春の花が咲き誇る艶やかな季節になりました。
さて、今回は、新生児室で取り組んでいる「乳児股関節脱臼とその予防」についてお話ししたいと思います。

股関節脱臼とは、脚の付け根の関節がはずれる病気で、その発生は1000人に1～3人です。重症例では将来歩行障害になることもあります。しかし、生まれてからの抱き方や衣服など、赤ちゃんの扱い方を注意することにより発生を減少させ、悪化を防ぐことができます。

以下の1～5のうち、複数の項目があてはまる場合はとくに注意しましょう。

- 1 向き癖があり反対側の脚がM字型開脚とならない
- 2 女の子(男の子より関節が柔らかいため)
- 3 家族に股関節の悪い人がいる
- 4 逆子(骨盤位)で生まれた
- 5 寒い地域や寒い時期(11月～3月)に生まれた(脚を伸ばして衣服をくるんでしまうため)

M字型開脚とは

赤ちゃんの脚は、両膝と股関節が十分曲がったM字型に開いて動かしているのが好ましく自然な状態です。



向き癖とは

いつも顔が同じ方向を向いている「向き癖」の多くは心配ありませんが、向いている側に体が捻じれ向き癖の反対側の脚が立て膝となったり、脚が内側に倒れた姿勢や伸ばされた姿勢になったりすると脱臼を誘発することがあります。



<育児のポイント>

●オムツのあて方

オムツを厚くして股関節を開いた状態に固定するのではなく、赤ちゃんの両脚の動きを妨げないことが重要となります。脚の動きを妨げると股関節の骨の発育にも影響する場合があります、臼蓋形成不全と呼ばれる状態になって、成人になってから股関節痛が発症する可能性もあります。多くの臼蓋形成不全も両脚の動きを妨げないことで予防できます。



●抱き方(コアラ抱っこ)

赤ちゃんを正面から抱くと、両膝と股関節が曲がったM字型開脚でお母さん(お父さん)の胸にしがみつく形になります。



<予防運動>

① 圧迫マッサージ

軽くにぎるだけで、筋力がまします。



①圧迫マッサージ

② 屈伸運動

股関節を前後に動かします。片方ずつ10回行います。



②屈伸運動

③ 股関節を開く運動

股関節を中央から外側に開きます。片方ずつ10回行います。



③股関節を開く運動

④ 股関節を回す運動

股関節を外側から回します。片方ずつ10回行います。



④股関節を回す運動

☆注意☆

- 股関節を内側に回すと、脱臼の原因になるので内側には回さないでください。
- 赤ちゃんが嫌がる時は無理にしないでください。
- ご質問は新生児室スタッフがお受けします。

まとめ

先天性股関節脱臼は、その病名から生まれつき股関節が脱臼しているものと思われていますが、生まれた時に脱臼している例は少なく、脱臼準備状態から生まれてからの要因によって著しく影響を受け、脱臼へ増悪する疾患です。

今回ご紹介した育児のポイントや予防運動は、皆さんに実施していただきたいものです。出産後、赤ちゃんに声を掛けながら、ぜひ行ってみてください。