

14

お腹に触る

お子さんの腸の状態を把握するためには、なんといつても「お腹に触る」のが一番。お腹に手を当てると、今日のお腹は冷えているか、温かいか、張りはあるか、硬くないか、などそこからいろいろな状態が読み取れます。最近は病院でもパソコンを見ながらの診療になり、お腹に手を当てる医師が少なくなりました。しかしやはり手から伝わる情報は重要で意外と確実。またお腹に手を当てるのは親子のいいコミュニケーションにもなります。子どもとはいえストレスの多い時代。中には精神的なことが原因で便秘を繰り返しているお子さんもいます。毎日お腹を触りながら「今日うち出た？ お腹痛くない？」などと会話をすることを日課にすると、子どもの排便の変化、また心の変化にも早めに気がつくでしょう。

