

離乳開始時によくあるお悩み

アレルギーが心配です



- ・始めて与える食品は、体調の良い時に、少量から与えて様子を見るようにしましょう。
- ・始めて与える食品、心配な食品は、日中（病院を受診できる時間帯）に与えましょう。
- ・月齢に応じた、食べられる食品を確認して与えるようにしましょう。
（開始時に与える食品の順番が、アレルギーを起こしづらい食品からになっています。）
- ・アレルギーが疑われるときは、医師の指示に基づいて制限をします。「念のため」と自身の判断で食品を避けるのではなく、医師に相談をしながら、少しずつ食べられる食品の幅を広げましょう。

あまり食べてくれませんが大丈夫でしょうか？

- ・開始時期が早い可能性があります。哺乳反射（口周辺に触れたものに口を開き、舌で押し出したり、奥まで入ったものはチュチュと吸う動き）は残っていませんか？
- ・初期は離乳食を飲み込むこと、舌ざわりや味に慣れる時期です。食事量に捉われず食べる練習が出来たら、栄養源である母乳やミルクを今までどおり与えましょう。
- ・食材や形状、温度を変えながら、ご機嫌をみながら焦らず試していきましょう。

