

□ ママと赤ちゃんへの安心サポート ～育児

【母乳外来】（必要に応じて行っています。原則として予約制です。）

産科外来では、お母様方が安心して母乳育児を続けられるように、乳房トラブルや卒乳までの様々な相談に応じながら、乳房マッサージを行っています。母乳哺育で頑張っているお母様方は、お気軽においで下さい。尚、予約制になっています。産科外来へ電話連絡をお願いします。（タオル3本とビニールの袋をお持ちください）

TEL023-625-5555（代） ※有料

1.助産師が対応し、必要に応じて医師が診察・治療を行います。

2.産婦人科外来に電話して、予約で来てください。

3.次のような心配の対応を致します。

- (1) 授乳中で、母乳が足りているか心配。
- (2) おっぱいや乳首が赤くなった、痛い。熱がある。
- (3) 母乳育児を続けたいが周囲の問題で困っている。
- (4) 授乳中だけど薬を飲む必要があり、心配。
- (5) 母乳育児をしていたが、仕事に復帰しなくてはいけないので困っている。
- (6) 卒乳について知りたい(断乳という言葉は使いません)。
- (7) いつまでおっぱいを吸わせていいのか。
- (8) 離乳食はどうしたらいいのか。
- (9) ミルクを足しているけどもう一度母乳をがんばってあげたい。
- (10) そのほか母乳や育児に関すること。

【2週間健診】

子育て一般・母乳育児の相談などを行い、お母さんの不安を軽減できるようにお手伝いさせていただきます。

【1ヵ月健診】

赤ちゃんとお母さんの健診です。母乳育児の赤ちゃんはミルク育児の子より体重増加がゆっくりのことも多いようです。そんな、いろいろな心配も話してください。

【電話訪問】

退院後、2週間健診に来られない方に電話をかけ、赤ちゃんやお母さんの状況をうかがいます。1ヶ月健診に来られるまでの間、お母さんが安心して育児ができるようにお手伝いさせていただきます。

【ひよこクラス】

毎月第1水曜日、13:00から14:30まで4階中会議室で開いています。

育児中のお母さんと赤ちゃんの集まりです。育児の話や母乳育児の心配事、なんでも話してください。当院で出産された方で、2ヶ月～1才まで参加できます。

妊娠中のお母さんも、先輩お母さんの話を聞いてお産後の育児に役立ててください。

《当院での母乳育児》

完全母乳育児でなければだめ、ということではありません。直接授乳することが大事です。少しでも多くの母乳を赤ちゃんにあげたいのです。母乳育児を希望されている方には、できるだけ一緒に母乳育児をしていきたいと思っております。（母乳をあげられない方や、大変な方はいろいろ対処します）

母乳育児を成功するためにいろいろなことを行っていますが、特に次のようなことを行っています。

- 1.早期母子接触（STS）による早期授乳：酸素モニターをつけて安全に行っています。
- 2.完全母児同室：分娩後から、ずっとおかあさんと赤ちゃんは一緒です。
- 3.頻回授乳：育児のはじめは、何回も夜も授乳するのが自然な姿です。
- 4.エモーショナルサポート：適切な乳育児支援を行います。

母乳育児は始めから楽ではない場合もあります。しかし、これが本来の母と子の姿だと考えています。

「母乳育児は後になればなるほど楽になる」という言葉があります。母乳育児には計り知れない利点があります。お母さんや、家族が母乳を赤ちゃんにあげたいという気持ちがあり、妊娠中・お産してすぐから、お母さんと赤ちゃんを支援できる体制があることが母乳育児確立につながります。

必要な時は、治療としてミルクをあげるのは全くかまいません。

私たちと一緒に、お母さんと赤ちゃんの自然なお産・母乳育児をしてみませんか。

▼母乳の利点

○病気から赤ちゃんを守ります

…アレルギーや病気から守ります。免疫物質をたくさん含んでいます。

細菌やウィルスが胃や腸に入らないようにガードしています

○消化吸収に優れています

…赤ちゃんの胃や腸に負担をかけません

○脳の働きを良くします

…脳の良好な発育に重要な役割を果たす物質がたくさん含まれています。

○赤ちゃんの成長にあった成分を持っています

○あごが鍛えられ、正しいかみあわせができます

○経済的です

○スキンシップによって親子の絆ができ、後の人格形成に良い影響を与えます

○お母さんの子宮収縮を促し、産後の回復を早めます

▼母乳の出るしくみ

お母さんの母乳が充分に出てくるまでには2～3日かかります。

お母さんの体は、出産の疲れの回復と急激なホルモンの変化に適応するための時間が必要です。

その間、免疫物質のたくさん入った初乳を出しながら、母乳を作る準備をしています。

産後の早い時期にたくさんおっぱいを吸ってもらうことで母乳は出るようになります。



▼赤ちゃんの体

赤ちゃんの体重は出生後2～3日減りますが、あらかじめこの分をみこして体の中に栄養(お弁当)と水分(水筒)をもっています。

赤ちゃんは、お母さんの母乳が充分に出てくるまで、体の中の蓄えを使って生きられるように生まれてくるのです。



▼母子同室

出産したばかりのお母さんと赤ちゃんは離れると不安になります。

赤ちゃんがそばにいと、とても安心します。赤ちゃんがそばにいとこと

で、赤ちゃんがおっぱいを欲しがった時にすぐに飲ませられ、母乳育児をスムーズに始めることができます。