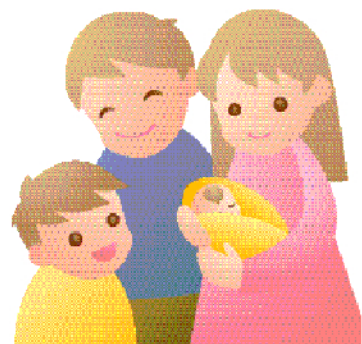


どうターKINIKOの



ママの声vol. 6 産院施設での母乳育児の取り組みが知りたい。

「1人目の子どもを出産した時は、母乳だけで育てたかったのにうまくいきませんでした。今、妊娠3カ月くらいなんですが、また母乳育児がうまくいかないんじゃないかと心配しています。産む施設によってもいろいろ違うらしいと聞きますし、どんなところを選ばいいのでしょうか？」 (浦添市・32歳・愛さん)



一人目の母乳育児がうまくいかなかった辛い体験を思い起こされて、それをまた繰り返すのではないかと心配なのです。そしてお産した施設によって授乳方法が違っているらしいと聞いて、母乳育児するにはどんな施設でお産したらいいのか悩んでいらつしやるんですね。

お産だけでなく母乳育児のこと、出産施設を選ぶ大切な標準だと思っでいらつしやるのはすばらしいことです。母乳育児を一生懸命支援してくれる施設は沖縄にもあります。妊娠中に、お産情報とあわせて母乳育児情報を集めてみましょう。

情報収集のポイント

あなたが出産する予定の施設が次のような方針なら、きっと母乳育児のスタートがスムーズになるでしょう。

【早期接触】

赤ちゃんが生まれたら、すぐに肌と肌との触れあいができるような抱っこができて、一時間以上一緒にいられます(何かの事情で生まれてすぐにできないときでも、一緒にいられるようになったら、肌と肌の触れあいを十分にしましょう)。

納得のいく母乳育児をスタート！

【母子同室】

赤ちゃんとお母さんがほとんど離れることなく一日中ずっと一緒にいられます(家族や病院のスタッフがお母さんを助けます)。

【自律授乳、頻回授乳】

赤ちゃんが、欲しがる時に欲しがるだけ何回でも授乳ができること。母子同室だったら、いつでも母乳をあげられますね。夜も寝ながら母乳があげられるのでお母さんも楽ちんです。母子同室でない場合は、赤ちゃんがおっぱいを欲しがったら、すぐにお母さんと呼んでもらったり、赤ちゃんを連れてきてもらったりします。

それから、赤ちゃんの抱き方や乳房の含ませ方をきちんと見てもらえるかどうか、大切なポイントです。これがうまくいっていたら、何度でも赤ちゃんの欲しがるだけ授乳しても、乳頭が痛くなったり、乳房にしこりができたりすることはほとんどありません。

また、早産や帝王切開の時など、お産の時に、お母さんや赤ちゃんに何らかの異常があったりした時も、医療施設の適切な配慮があれば母乳育児をスタートすることができます。私

は母乳で育てたいのでぜひ協力してください、とお願するのもいいですね。

自分の考えを伝えてみる

もう一つ大切なことがあります。母乳で育てていても、人工乳の説明を聞いたり渡されたりすると、自分も母乳が足りなくなるかもしれないという不安だけが大きくなる場合があります。そうすると、本当は母乳育児がうまくいっているのに自信をなくしてしまいます。入院中に乳業会社のスタッフが来て人工乳(粉ミルク)の作り方を指導したり、おみやげに人工乳をくれたりするような施設もあります。もしそういう施設でお産する場合でも「粉ミルクや調乳指導はいりません」と断わってかまわないのです。

お母さんの希望が医療施設の決まり事とは違っていても、お母さんの希望を尊重してくれる場合もたくさんあると思います。お母さん自身の考えをまず伝えてみましょう。

納得のいくお産と、母乳育児の出発ができるような準備をしながら、赤ちゃんの生まれる日を楽しみに待ちましょうね！

文：湧谷桐子 沖縄県立宮古病院女性相談室担当・国際認定ラテーション・コンサール(タレント)

お役立ちINFORMATION

今までの「おっぱい育て」を<http://briefcase.yahoo.co.jp/kwakutani>からダウンロードして見ることが出来ます。参考にしてみてくださいね！