



おばあちゃんによると、ありさちゃんは生後1カ月ですが、「ママは1日中おっぱいをあげていて、休む時間もないみたいになっているので、かわいそうでみてもらえない。」とのこと

ありさちゃんは出生時体重が2900g、生後1カ月で800g増加の3724でした。表情もよく標準に経過しています。

1回の授乳が1時間近くかかり、1時間くらい休むとまた授乳ということで、ママは疲れているように見えました。ママは完全母乳でいきたい希望が強いためこの状態はふつうと思っています。

ママが一生懸命おっぱいで子育てをしていらっしゃることは、本当に立派で、すでに素敵なお母さんになっておられます。母親が平気ならこのまま続けていければ、赤ちゃんの成長も順調と思われれます。でもママが“とっても疲れるのでつらい”と感じるのであれば、何か改善できることがあるのか赤ちゃん和妈妈の様子を見せていただきます。



1. 授乳姿勢と赤ちゃんの吸着状態は？

なんでもない事のような基本が大変重要です。特に赤ちゃんの頭が前かがみにならないように気をつけましょう。飲み物を飲むときに頭をやや後ろに傾けるのと同じようにします。



→ 顔のむきだけでなく体全体もママと向き合っているように。



- あごは乳房の下についている。
- 頭は軽く後ろに傾いている。
- 唇は上下ともよく開いている。
- 唇は密着していて、乳房から滑り落ちない。
- 頬（ほお）にえくぼができない。
- 舌打ちするような音がしない。
- リズミカルな連続したあごの動きが見られのみこむ音が聞こえる。
- 授乳中、乳首に痛みがない。

2. 乳輪部と乳房は柔らかいですか。

固さがあると深い吸着ができずに、しっかり乳汁をのみ取ることができず、固さの持続で母乳量が増えてこない感じがするかもしれません。しっかり、必要量のみとれたら、いつも柔らかい乳房でいられます。

乳輪部のむくみについては No. 21 参照

3. 授乳回数など

ありさちゃんママは授乳のタイミングを 3 時間毎としていました。母乳育児の場合は、母乳の消化が人工乳よりも早いこともあり、時計できめるのではなく、欲しいあいずで行うようにします。泣くのはおなかがすき過ぎています。

1日 10 回前後、時には 11~12 回もあるかもしれません。

4. 本当にのめていますか？ のめているサインがわかること

赤ちゃんが乳房についているなら、のめていると思っている方が多いです。適切に飲めているサインとは・・・ 飲ませる時間を時計で計らないようにします。

のめている・・・口の動きは 1 秒に 1 回でゆっくり、リズムカルに少なくとも 10 回の連続があります。はじめのおっぱいが終わる合図（口の動きが休みがち、吸い方が弱く 1 秒に 2 回）を繰り返すなら反対のおっぱいに移りましょう。

ありさちゃんママの乳房も全体がとても固いです。マリアルームでは乳房マッサージで全体を柔らかくしてみました。また 3. 授乳回数、4. 移るタイミングについても注意していただくことにしました。

1 週間後にはママもおばあちゃんも“すべてが解決して楽になった。”ということでした。

(文責 Sr. 佐藤)

参考文献： The Breastfeeding Answer Book LLL

生まれて 5 日以内です。

赤ちゃんアルバム





みんな おおきく
なあれ…



無断転載禁止

