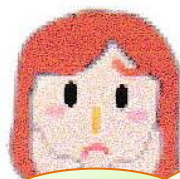


母乳だけにしたい・・・続き3 その方法



生後1ヶ月のまりなちゃんの体重は3480gになりました。

搾乳は1日6~7回で、40~50mlしぼれますが、前より、乳房のはりが減った感じです。哺乳ビンと人工乳首を使い始めたら、おっぱいを吸うことが嫌になったみたいですぐに乳首を離してしまいます。

つい、人工乳の補充量が増えて、1回に少なくとも80mlほしがり、もっと欲しがることもあります。



再び母乳量を増やすには？

1. 授乳回数、搾乳回数を少なくとも1日8回、できたらそれ以上にする。

授乳回数、搾乳回数が減っている場合は、母乳量が減っているばかりでなく、味の変化があることも多いです。甘い乳汁であれば、赤ちゃんは喜んで吸ってくれますが、嫌がる場合は塩味になっていることがありますので、自分の母乳を味わってみてください。授乳回数が少なくなるほど分泌は減少気味になり味の変化が起こります。搾乳回数を増やすことで、改善するでしょう。赤ちゃんの胃袋は小さく、母乳は消化が早いので10~12回の授乳を異常とは考えないようにしましょう。

2. 授乳の工夫 — 補充方法について

出産後、必要がないのに人工乳をあたえ、それを哺乳ビンと人工乳首をつかってしまう方法は、哺乳ビン慣れになりやすく“母乳がでない”と思ってしまうことにつながりやすいです。なぜ、人工ミルクが必要なのか、人工乳首を使わなければならないのか、スタッフに聞きましょう。

コツを教えてもらえば、赤ちゃんは、授乳カップやスプーンから上手にのむ事が出来ます。また、母乳分泌が少ない状態ならば、母乳増加を期待できる母乳復帰の方法があります。カップ授乳は清潔保持も簡単なことから最も薦められる方法です。



写真はメデラ社の授乳カップです。

赤ちゃんの口のサイズにあうような大きさで、硬いプラスチック製の小さなコップでも代用できます。

「母乳育児が必ずうまくいく本」 **ジャック・ニューマン**著、梶尾祥子、光岡いずみ訳
201 ページ～紹介されているチューブをつかった授乳法を適切に使うと効果的に出来ることが多いです。

ここで用いられているナーシング・サプリメンター（授乳補充器具）と書かれているものは、メデラ社で販売されている既成の（メデラ社；**SNS 器具**）かなり高価なものではなく、既存の細いシリコンチューブと哺乳ビンを利用しています。

哺乳ビンにとりつけた
シリコンチューブ



乳房にチューブをはりつけ授乳することで、効果的な吸啜刺激があり、分泌増加が期待できます。

利点：

- ・人工乳首を使用しないので哺乳ビンなれにならない。
- ・流れがあることで母の乳房から吸うことを覚えて飲み方を改善する。
- ・必要な栄養をとりながら、乳房の働きを保ちつつ分泌量増加を期待できる。

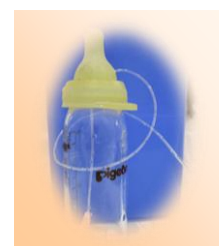
欠点：

- ・取り扱いになれるのに、やや時間がかかる為、面倒と思う可能性がある。
- ・母子ともに、その方法に頼ってしまうかもしれない・
- ・体重増加、補充量の増減について必ずフォローアップが必要

当院では上記の**ジャック・ニューマン**先生からヒントを得て、できるだけ乳房から授乳ができるように手軽で安価に準備できるユニークな代用品を作成し使用しています。

次のような場合におすすめできます。

- ❖ 分泌が増えてこない方
- ❖ 赤ちゃんが効果的でない吸い方をしている
- ❖ 体重増加不良
- ❖ 赤ちゃんの吸啜力が弱く、必要量のめていない。
- ❖ 一時、何らかの理由で授乳を中止していて、母乳の分泌が少なくなっている場合



参考文献：Core Curriculum for Lactation Consultant Practice
母乳育児が必ずうまくいく本」 **ジャック・ニューマン**

断転載禁止



赤ちゃんアルバム



生後7カ月のななちゃんとママだよ。生まれた時は小さめだったけれど、今ではこのとおり〇〇・・・
おっばいのお陰です・・・