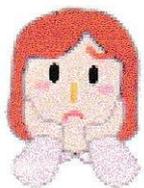


## 長い乳首・・・効果的に吸えない理由は (2)



麻美ちゃんは2762gで生まれました。ママは3人目のお子様です。上の子たちは2歳まで母乳育児をしたので、とても楽だろうと考えていました。入院中、産後2日目から母乳はたくさんでるようになりましたが、麻美ちゃんはたびたび泣いてばかりいておっぱいはりも、かなり強くなりました。

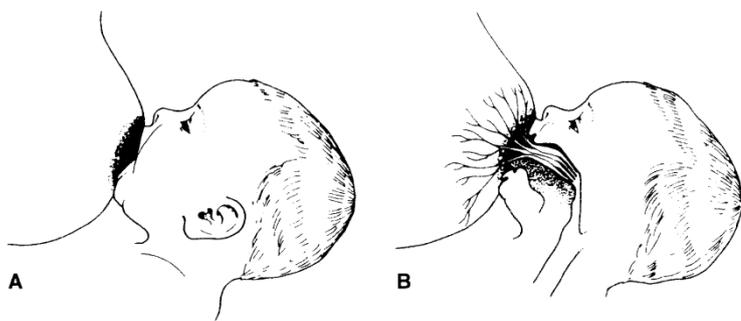
ママ「思ったよりのめていないのはどうしてかしら？」

## 適切にのめているかのサインは・・・

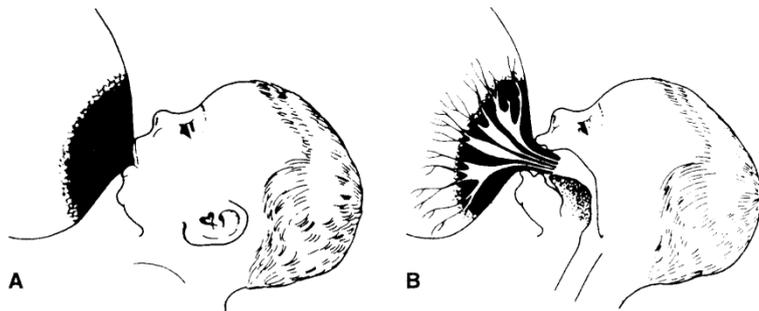
- のみこむ音がきこえる。 ●授乳は快適に感じる。
- 1日8回以上の授乳回数 ●あかちゃんのみこみは少なくとも10分くらいある。
- 授乳後乳房は軽く感じる。 ●授乳後、赤ちゃんは満足した様子を見せる。
- 赤ちゃんが授乳を終える、自分からはなれる(母親が終わりにするのではない)

そして1か月くらいまでは少なくとも2~3回の排便がある。1日に6回以上の尿があり、透明の尿である。 体重は1日25~30g以上増える。

麻美ちゃんママの気づきは：上記ののめているサインがほとんどないことです。しっかりのみとれないため、乳房はいつもはっている感じがしています。乳輪部も硬いので、深い吸着ができないようです。



効果的に飲めるには  
A のように口は140°以上  
に開いている。顎が乳房の  
下についていて  
B 舌は歯茎を越えてのび、  
乳輪組織もくわえ、乳頭は  
通常の2倍以上に伸びてい  
る。



効果的に飲めない時は

A. 口の開き方が狭い。

乳頭だけをくわえている。

B 舌を歯茎の上まで伸ばさずに口腔内にある。

C. ときどき顎がはなれたり、乳首をはなしたりする。

麻美ちゃんママの乳首は現時点で赤ちゃんにとっては長いようです。ママが良い授乳姿勢でくわえさせても、舌打ち音（チュパッ）がする＝くわえた乳首を離す、口をすぼめて乳輪部をはなれてしまうなどの行動がみられます。

乳頭が吐気を催す位置近くまで届いてしまうので、赤ちゃんは自然に浅くしようとするのかもしれませんが。

あかちゃんの舌後方三分の二部分に刺激があると、吐気の反射が起こります。これは危険なもののみこまない様にする防御作用です。成長に従って舌後方四分の一まで後退します。



### ママへの提案

- 乳輪部の固さやむくみがあるときは、圧迫法を試みる。  
(相談ノート No. 21 参照)
- 授乳姿勢に注意 赤ちゃんの下あごをしっかりと乳房に付け頭はやや後ろに傾くようにしてみる。  
(相談ノート No. 1 参照)
- 乳房からのみとれているかのサインをよくみる。  
(相談ノート No. 12 参照)

授乳姿勢は顎をしっかりと乳房につけて、頭はむしろ後ろに傾くくらいの授乳姿勢にしてみよう。

しっかりとのみとれなければ、ママは乳房に軽い感じが出てこないし、赤ちゃんは満足せずにたびたび要求するかもしれません。この場合はしばらく搾乳を繰り返して、補充しましょう。

月齢が進むこと、体重が増えれば上手にのめるようになります。

参考文献； The Process of Breastfeeding Rebecca F. Black

