

# おっぱいだより

26号

すっかり新緑がまぶしい季節になってきました。BFH（赤ちゃんにやさしい病院）認定のための訪問審査から1年が経ちます。そこで、今回は新潟市民病院が行っている母乳育児支援について紹介したいと思います。



## 「新潟市民病院産科で行っている母乳育児支援 妊娠中から産後のケア」



私たち新潟市民病院が【赤ちゃんにやさしい病院】としての認定を受けてから約1年が経ちました。私たちスタッフは、妊娠期～卒乳まで、母乳育児を通して楽しく育児ができるように、お母さんと赤ちゃんを応援しています。当院で行っている母乳育児支援をいくつか紹介します。

### 妊娠中の母乳育児支援：

新潟市民病院では、妊娠中に3回の個別指導の機会があります。ここでは妊娠や母乳育児に対する思い、分娩・育児の準備に関してなど、皆さんの思いをお聞きします。母乳に関心を持ってもらうために『おっぱい手帳』という新潟市民病院独自のパンフレットをお渡しして、具体的な乳頭マッサージの方法や母乳育児成功のための10カ条を紹介しています。合併症をお持ちの妊婦さんが多いため、内服をしながら授乳ができるかということに関して、妊娠中から個別に関わっており、医師や薬剤師を交えての話し合いが行われることもあります。また、両親学級や母親学級など妊婦さん同士のつながりを持ってもらう機会があり、妊娠期から母乳育児に関しての知識を持って、少しでも母乳の素晴らしさに触れていただきたいと思います。

### 分娩期の母乳育児支援：

いよいよ赤ちゃんと対面の時です。当院ではお母さんが希望していて、赤ちゃんも可能な場合は全例に『早期皮膚接触』を体験してもらいます。これは分娩直後に赤ちゃんを直接お母さんの胸へ運んで、裸のまま抱いてもらうことを言います。赤ちゃんが外で生きるため、呼吸を整える瞬間です。また、赤ちゃんにはおっぱいを自分ひとりで探索して吸い始めるといふ本能が備わっています。そんな赤ちゃんの力をお母さんが実感することが育児のスタートです。



大切な育児のスタートの時間を安全、安心して過ごしていただくために、『早期皮膚接触』の間はスタッフが必ず付き添い、呼吸状態をみる機械を赤ちゃんに付けて観察しています。

#### 入院中の母乳育児支援：

24時間の母子同室、頻回授乳が出来るように援助します。赤ちゃんのペースにあわせて過ごし、欲しがるたびにおっぱいを吸わせませす。夜も昼もなく授乳を繰り返すお母さんたちの体調面はもちろん、精神的な支えになれるように心掛けています。お母さんと話をしながら、その人にとってよりよい母乳育児を作り上げていくお手伝いをしています。小さく生まれた赤ちゃんや、合併症の影響で完全母乳が出来ないお母さんもいますので、母乳を補うために、人工乳を使用する場合があります。

#### 退院後の母乳育児支援：

実はここからが本当の母乳育児のスタートになります。赤ちゃんとお母さんが笑顔で過ごせるように、母乳育児が楽しいと思っただけのように、授乳外来や2週間健診にあたる『あゆみクラブ』、1ヵ月健診などを通じて、退院後のお母さんたちの支援を行っています。母乳育児サークルである『すくすくサークル』の運営なども行っています。

母乳育児サークル『すくすくサークル』には大きくなった赤ちゃんを連れのお母さんたちがたくさん来てくれます。その満面の笑顔を見るたびに、母乳育児を通じて多くのお母さんと赤ちゃんたちが幸せに過ごしていることを、嬉しく感じます。そしてそれが次へのエネルギーになり、産科スタッフとして母乳育児をお手伝いできる喜びを実感しています。



いかがでしょうか？新潟市民病院が行っている母乳育児支援の一端が見えましたでしょうか？母乳は「産んだら自然に赤ちゃんが飲む分だけ出る」というものではありません。ちょっと大変なことやお母さんの努力、家族の支えや理解、社会の支えや理解があって、母乳育児を楽しめるのです。

産科スタッフはそれぞれのお母さんと赤ちゃんに合った母乳育児を支援しています。そんな頑張っているスタッフを母乳育児推進委員会は支援していきたいと考えています。