



えくにレディースクリニック 院長 江國先生

えくに レディース通信

vol.1

〜教えて母乳哺育〜

Q：母乳だけで育てたいと思っっているお母さんは約90%なのに、実際にはその半数の45%程度だそうですね。

A：母乳哺育は自転車に乗るようなものだ、よくとたえられます。自然にできる人もいれば、なかなか上手くいかない人もいます。ただ、最初にコツを教われれば、上手くいく確率は高くなります。一度上手くいけば、ずっと続くケースが多いです。大切なのは、分娩を終えた後の数日間の対応なんです。

Q：母乳哺育は厳しいと、よく耳にします。

A：母乳哺育は、お母さんが楽しく自然に参加できることが大切だと考えています。つらいこと、我慢するようなことは長続きしません。決められたやり方を押し付けられるとストレスになりますし、上手く行かないと落ち込んでしまいます。それは母乳哺育でも同じことです。自分流で良いのです。お母さん自身が納得できる自分流のやり方で母乳哺育を進めてみましょう。母乳哺育の本来の目的は、愛情をもって子育てをすることであり、母乳のみで育てることに縛られる必要はありません。

Q：入院中に母乳哺育のコツをつかむポイントはなんですか？

A：それはスタッフのサポートだと思います。赤ちゃんや母乳の知識があり、ママ達の悩みを親身になって聞けたら、体調をきちんと把握できたり、ママ達を上手にリリー



畳空間によるパーズコーナー。分娩台にこだわらず、一人ひとりに合った出産方法を推奨しています。



清潔感あふれる院内。詳しい情報は、リニューアルしたばかりの院長自慢のHPにて。

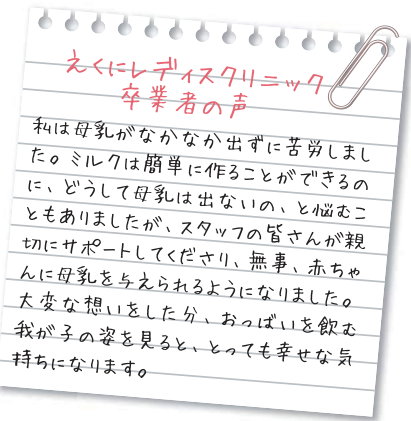
ドできるスタッフがいてこそ、母乳哺育の割合が自然に増えていくと感じています。

Q：「私も母乳だけで育てられるかしら？」と不安をお持ちの方々に、メッセージをお願いします。

A：あまり心配する必要はありませんよ。まず、母乳が分泌されるのを待ちましょう。母乳分泌は3〜4日目くらいから増加することが多いようです。それまでは赤ちゃんにおっぱいを吸ってもらったり、くわえさせ方や抱き方の練習をしながら様子を見ます。4〜5日目になって母乳分泌が不足している時、または2〜3日目であっても赤ちゃんが必要とする場合には、お母さんと相談しながらミルクを足します。当院では、何よりお母さんの考えを尊重するように心がけています。その結果、約80%のお母さんが母乳のみで子育てをされています（産後1ヶ月健診時）。入院期間はわずか5〜6日間ですが、その期間に母乳哺育のコツをつかんで、母乳が十分に分泌されるようになれば、自然と母乳哺育が中心となっていきます。

Q：最後に読者の皆さんにメッセージをお願いします。

A：母乳哺育に関心を持ってください。それがあなたの母乳哺育にチャレンジしてみませんか？



私は母乳がなかなか出ずに苦労しました。ミルクは簡単に作る事ができるのに、どうして母乳は出ないの、と悩むこともありました。スタッフの皆さんが親切にサポートしてくださり、無事、赤ちゃんに母乳を与えられるようになりました。大変な想いをした分、おっぱいを飲む我が子の姿を見ると、とっても幸せな気持ちになります。



えくにレディースクリニック
ekuni ladies clinic

〒619-0238 京都府相楽郡精華町精華台三丁目12-2

☎0774-95-9168

受付時間：月〜土/9:00〜12:00
(火・金のみ17:00〜19:30も対応)

えくにレディス 検索

<http://ekuni-ladies.com/>

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00〜12:00	○	○	○	○	○	○	—
17:00〜19:30	—	—	—	—	—	—	—

診療予約：当院IDをお持ちの方はホームページから、初診の方は外来時間中にお電話でご予約下さい。

