

## 授乳の支援を進める5つのポイント

### ～産科施設や小児科施設、保健所・市町村保健センターなど地域のすべての保健医療従事者が、授乳を通して、育児支援を進めていくために～

授乳は、赤ちゃんの心とからだを育みます。温かい母子のふれあいを通して、赤ちゃんの心は育ちます。授乳を通して、母親は繰り返し赤ちゃんの要求に応えることで、赤ちゃんを観察して対応していく力を育み、赤ちゃんは欲求を満たす心地よさを味わうことで、心の安定が得られ、食欲を育てていきます。

授乳の支援は、育児支援です。母親やその家族が安心して赤ちゃんに対応できるように、妊娠中から出産後まで継続した支援が必要です。

- ①妊娠中から、適切な授乳方法を選択でき、実践できるように支援しましょう。
- ②母親の状態をしっかり受け止め、赤ちゃんの状態をよく観察して、支援しましょう。
- ③授乳のときには、しっかり抱いて、目と目をあわせて、優しく声をかけるように、支援しましょう。
- ④授乳への理解と支援が深まるように、家族や身近な人への情報提供を進めましょう。
- ⑤授乳で困ったときに気軽に相談でき、外出しやすく、働きやすい環境を整えましょう。

### 母乳育児の支援を進めるポイント ～もう一度、母乳育児の意味を考え、支援を進めていくために～

母乳で「育てる」ことは、赤ちゃんを健やかに「育てる」ことの基本です。

こうしたことが、自然に受け入れられ、実践できるように、妊娠中から出産後の環境を整えることは、赤ちゃんを「育てる」ことに自信をもってすすめていくことができる環境を整えることでもあります。

育児用ミルクで「育てる」ことも、同じように、時には母乳で育てること以上に、支援は必要です。

- ①すべての妊婦さんやその家族とよく話し合いながら、母乳で育てる意義とその方法を教えましょう。
- ②出産後はできるだけ早く、母子が触れ合って母乳を飲めるように、支援しましょう。
- ③出産後は母親と赤ちゃんが終日、一緒にいられるように、支援しましょう。
- ④赤ちゃんが欲しがるとき、母親が飲ませたいときには、いつでも母乳を飲ませられるように支援しましょう。
- ⑤母乳育児を継続するために、困ったときに相談できる場所づくりや仲間づくりなど、社会全体で支援しましょう。

## 2 授乳支援の実践に向けてのポイント

それぞれの機関における保健医療従事者の中で基本的事項が共有され、さらにそれぞれの機関の特徴を生かした支援が展開されていくことによって、関係機関の連携も進み、妊娠中から退院後までの継続した支援も可能となり、活動内容も充実したものになっていくと考えられる。

### 医療機関を中心とした実践例

#### 〈妊娠中から退院後までの継続した支援の実践例〉

事例1 妊娠中から退院後までのきめ細かな支援

事例2 妊娠中から退院後までの具体的な支援—母乳育児確立への支援のステップ—

#### 〈退院後の支援の実践例〉

事例3 母乳外来や2週間健診を通したお母さんと赤ちゃんへの安心サポート

事例4 お母さんを支える「母乳育児サークル」を通して退院後も支援

### 地域を中心とした実践例

#### 〈母子保健活動での実践例〉

事例5 保健センターを中心とした支援の推進—健やかな親子関係の確立支援を目指して—

#### 〈「安心」子育てに配慮した実践例〉

事例6 退院後も安心して子育てができる、乳幼児がいても安心して外出ができる母子に優しい支援を目指したアプローチ

事例7 働き始めたお母さんと保育所での生活が始まった子どもへの支援～保育所での実践例～

#### 〈自治体全体での支援ネットワークによる実践例〉

事例8 「おっぱい都市宣言」：子育て支援として、ふれあいを大切にする子育て（おっぱい育児）の推進—

事例9 母乳育児推進連絡協議会を中心としたネットワークで広がる支援