



授乳支援の推進に向けて

(文献)

- 1) 服部祥子、原田正文著. 乳幼児の心身発達と環境—大阪レポートと精神医学的視点—. 139-154. 名古屋大学出版会. 1991
- 2) 原田正文 (分担研究者). 児童虐待発生要因の構造分析と地域における効果的予防方法の開発. 平成 15 年度厚生労働科学研究 (子ども家庭総合研究事業)
- 3) Armstrong J, et al: Breastfeeding and lowering the risk of childhood obesity. Lancet 359(9322); 2003-4, 2002
- 4) Owen CG, et al: The effect of breastfeeding on mean body mass index throughout life: a quantitative review of published and unpublished observational evidence. Am J Clin Nutr 82; 1298-307, 2005

3 授乳の支援のポイント

1 産科施設、小児科施設、市町村保健センターなどの保健医療従事者が共有化する基本的事項

妊産婦やその家族は、妊娠、出産、育児において、産科施設、小児科施設、保健所・市町村保健センターなどの機関で、産科医師、助産師、小児科医師、保健師、管理栄養士など多くの保健医療従事者から支援を受けている。したがって、それぞれの機関における保健医療従事者が授乳の支援に関する基本的事項を共有することによって、妊娠中から退院後に至るまで、継続的で一貫した支援を受けられ、提供される支援に対し混乱や不安をもたずに、安心して授乳を進められることになる。

そこで、妊産婦やその家族、そして赤ちゃんにかかわるすべての保健医療従事者が、授乳の支援に関する基本的考え方を理解し、支援を進めるための基本的事項を5つのポイントとしてとりまとめた。

授乳の支援を進める5つのポイント

授乳の支援を進める5つのポイントは、授乳を通して、健やかな子どもを育てるという「育児」支援を進めることをねらいとしている。育児で必要となるのが、赤ちゃんを観察してその要求に対応していく力である。授乳についても、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、退院後まで継続した支援が必要となる。

授乳の支援は、妊娠中からスタートし、妊娠中から、妊婦自身のからだの変化や赤ちゃんの存在をイメージできるように、支援を行う。また妊娠中の栄養状態は、母子の健康状態や乳汁分泌にも関連があるので、「妊産婦のための食生活指針」^{注1)}を踏まえた支援を行う。→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。

出産後は、母子がお互いの存在を心地よいものと受け入れることができ、母親やその家族が赤ちゃんの要求を受け止め安心して対応ができるように、支援を行う。授乳方法や赤ちゃんの状態に関する疑問や不安など母親の訴えを傾聴し、産後の回復状態や赤ちゃんの状態を観察して、適切に対応できるように支援する。→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。

授乳は、母子のスキンシップの上で重要な役割を果たし、目と目をあわせ優しい声かけとぬくもりを通してゆったりと飲むことで、赤ちゃんの心の安定がもたらされ、食欲が育まれていくので、授乳のときの関わりについて支援を行う。→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。

また、母親とともに家族や身近な人が、適切な授乳方法やその実践について共通した理解をもつことは、継続的に安心して赤ちゃんに対応していく上で欠かせないことである。授乳への支援が、母親に過度の不安や負担を与えることのないよう、家族や身近な人への情報提供も進める。→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。

退院後もトラブルや不安が生じた場合に解決できる場所が身近に確保でき、さらに赤ちゃんと一緒に外出しやすい、仕事に復帰した場合に働きやすい環境づくりを進めることも重要な支援のひとつである。→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。

母乳育児を進めるポイント

母乳育児の目的も、赤ちゃんを健やかに「育てる」ことにあり、母乳育児はその手段のひとつにすぎず、目的ではない。

母乳育児は、母子の健康にとって有益な方法であり、母乳で育てたいと思っている人が、無理せず自然に実践できる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る。

母乳育児が自然に受け入れられ、実践できるように、妊娠中から出産後まで継続した支援を進める。

なお、育児用ミルクで「育てる」ことも、その目的は赤ちゃんを健やかに「育てる」ことにあり、「母乳不足」など気がかりなことがあったり、そうしたことで育児に自信をなくしてしまうことがないよう十分な支援が必要である。

〈妊娠中から〉

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。

〈出産後から退院まで〉

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。

〈退院後には〉

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。

※1) 妊産婦のための食生活指針：〈資料2〉