

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

授乳については、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がその支援に関わっている。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行うことができ、提供する支援に対し混乱や不安を与えずに、安心して授乳が進められることになる。

そこで、妊産婦や赤ちゃんに関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、母乳や育児用ミルクといった乳汁の種類にかかわらず、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、母親や父親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、母乳育児が実践できるように、支援を行う。母乳を与えることができない場合は、十分な説明に基づいた支援を行う。なお、薬の使用による母乳への影響については、科学的根拠に基づき判断の上、支援を行う。また、母子の健康状態や乳汁分泌に関連があるので、食事のバランスや禁煙など生活全般に関する配慮事項を示した「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、母親や父親、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。特に、授乳や自分自身の体調への不安など母親の訴えに耳を傾け、母親の心や身体の状態を受け止めるとともに、赤ちゃんの状態を観察して、適切な支援を行う。→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。**

授乳は、母子のスキンシップの上で重要な役割を果たし、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、できるだけ静かな環境で、しっかり抱いて、優しく声をかけるように、支援しましょう。

また、母親や父親、家族などが、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、父親や家族、身近な人への情報提供を進める。→④授乳への理解と支援が深まるように、父親や家族、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る場所づくりや、授乳期間中でも、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

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進めていくことができる環境を整えることでもある。妊娠中から出産後まで継続した支援を進める。

〈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〉特に出産直後については、医療従事者が関わるなかで安全性^{注2)}に配慮した支援を行う。

- ② 出産後はできるだけ早く、母子がふれあ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、母乳不足感や体重増加不良などへの専門的支援、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。

育児用ミルクで育てる場合の支援のポイント

授乳を通して、母子のスキンシップが図られるよう、しっかり抱いて、優しく声かけを行うことなど温かいふれあいを重視した支援を行う。また、授乳への不安やトラブルで育児に自信をなくしてしまうことがないよう、母親の心の状態等に十分に配慮して、支援を進める。

注1) 妊産婦のための食生活指針：〈資料2〉

注2) 正常産児生後早期の母子接触中に心肺蘇生を必要とした症例。日産婦医会報（2007.1）

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、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、食欲を育んでいきます。

授乳の支援は、赤ちゃんを健やかに育てることを目的とした育児支援です。授乳を通して、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、できるだけ静かな環境で、しっかり抱いて、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、父親や家族、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る場所づくりや、授乳期間中でも、外出しやすく、働きやすい環境づくりを進めましょう。

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～

無理せず自然に母乳育児を実践できるように、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進めていくことができる環境を整えることでもあります。

- 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、母子がふれあ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、母乳不足感や体重増加不良などへの専門的支援、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〉

実践例 1 妊娠中から退院後までのきめ細かな支援

実践例 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〉

実践例 3 母乳外来や2週間健診を通した退院後のお母さんと赤ちゃんへの安心
サポート

実践例 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〉

実践例 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〉

実践例 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

実践例 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〉

実践例 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

実践例 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