

### 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

妊娠中から退院後まで、お母さんと赤ちゃんへの安心サポートとして、各種取組を展開。特に退院後は、授乳や育児の不安やトラブルを早期に解決できることをねらいとした母乳外来や2週間健診等を実施。

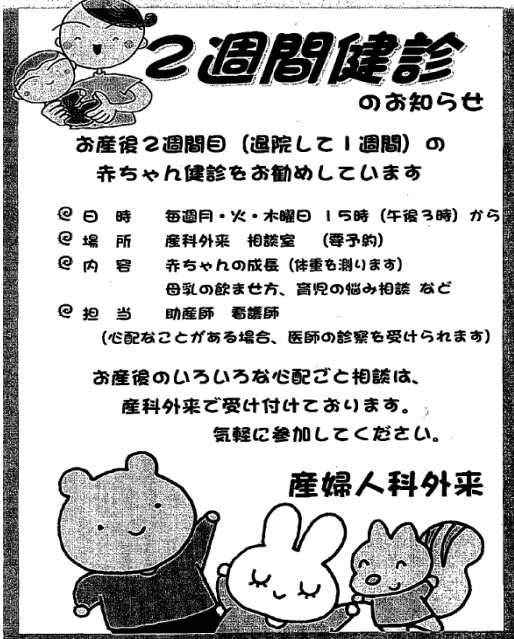
**母乳外来(必要に応じて実施。原則として予約制)**

1. 助産師が対応し、必要に応じて医師が診察・治療を行う。
2. 当院でお産された方だけでなく、母乳育児でお困りの方はどなたでも対象。
3. 産婦人科外来に電話し、予約して来院。
4. 次のような心配について対応。
  - (1) 授乳中で、母乳が足りているか心配。
  - (2) おっぱいや乳首が赤くなった、痛い。熱がある。
  - (3) 母乳育児を続けたいが周囲の問題で困っている。
  - (4) 授乳中だけど薬を飲む必要があり、心配。
  - (5) 母乳育児をしたいが、仕事に復帰しなくてはいけないので困っている。
  - (6) 卒乳について知りたい。
  - (7) いつまでおっぱいを吸わしていいのですか。
  - (8) 離乳食はどうしたらいいのですか。
  - (9) ミルクを足しているけどもう一度母乳をがんばってあげたい。
  - (10) そのほか母乳や育児に関すること。

**2週間健診**

産後2週間前後(退院して1週間)に産婦人科外来で行う。育児不安や母乳不足感の解消に役立てることがねらい。お母さんの乳房の状態や赤ちゃんの状態や体重などをみる。当院でお産された方全員が対象。助産師が中心になって行いが、必要に応じて産科医、小児科医の診察が受けられる。

受診者のうち、産後の気分に「不安や心配がある」との回答64%、具体的な不安や心配の内容は、育児58%、自分の身体29%、夫や家族関係が13%(受診者、非受診者全員)



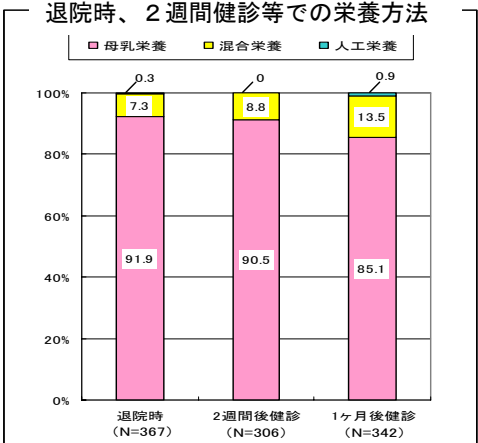
**2週間健診**  
のお知らせ

お産後2週間目(退院して1週間)の赤ちゃん健診をお勧めしています

◎日時 毎週月・火・木曜日 15時(午後3時)から  
◎場所 産科外来 相談室 (ご予約)  
◎内容 赤ちゃんの成長(体重も測ります)  
母乳の飲ませ方、育児の悩み相談 など  
◎担当 助産師 看護師  
(心配なことがある場合、医師の診察も受けられます)

お産後のいろいろな心配ごと相談は、  
産科外来で受け付けております。  
気軽に参加してください。

**産婦人科外来**



この他の退院後のお母さんと赤ちゃんへの安心サポート

- <電話相談> 退院後、不安なことや分からないことがあれば、いつでも相談。
- <ひよこクラス> 月1回開かれる育児サークル。
- <乳児健診> 2週間・1ヶ月・4ヶ月…赤ちゃんが健やかに成長できるよう、また、お母さんが安心して育児ができるように支援

(提供：山形市立病院済生館)