

## 実践例1 妊娠中から退院後までのきめ細かな支援

### ● 妊娠中の母乳育児支援

母親に「赤ちゃんは母乳で育てたい」という意識づけを行うとともに、出産後赤ちゃんが吸いやすい乳首にするための準備が必要。

#### 妊娠中の母乳育児支援

健診時の個別指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 医師・助産師による母乳育児の意思の確認、乳房・乳首のケア</li> <li>・ 妊娠 35 週から乳管開通法の実施</li> </ul>
チーム健診外来	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 医師・助産師の連携による個別指導</li> </ul>
母親学級	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 母乳育児の利点、母乳育児を進めるポイントなどを集団指導</li> <li>・ 講義形式から参加型形式へ</li> <li>・ 6 回から 5 回クラスへ内容変更</li> </ul>
ペアクラス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 土曜日に開催</li> <li>・ 夫と家族の母乳育児の参加と役割</li> </ul>
双胎クラス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 双胎の母乳育児をするためのポイント</li> </ul>

妊娠 5 か月の健診時に産科医による乳房チェック。妊婦は母乳育児に関する希望や疑問などを「乳房カルテ」に記入。助産師が個別対応（乳房・乳首のケア指導等）。妊娠 7 か月に再度乳房チェック。

【妊婦が主体となる参加型へ】  
妊婦さん自身が発言したり、体験したりしながら、不安や疑問を解決できるように構成。  
【第 5 回を出産後に赤ちゃんと一緒に参加する産後クラスへ】産後 2、3 か月の人が中心。グループで赤ちゃんの紹介をかねてフリートークを行い、出産・育児の体験を共有。小児科医に心配ごとや気になることを尋ねたり、助産師からは産後 1 か月以降の乳房の変化、乳房トラブルなどを説明。

### ● 入院中の母乳育児支援

母親が赤ちゃんの抱き方や授乳の方法やタイミングなど、母乳育児のために必要な方法を会得するとともに、子どもを抱いて授乳することにより母子関係の絆を深める。

一人一人の母親にきめ細かな指導をしながら母子を支援し、母親が退院後自信を持って母乳育児ができることを目標にする。

#### 分娩時の母乳育児支援

- ・ 分娩第一期の乳管開通法の実施
- ・ 分娩後早期のスタッフの援助による母子のスキンシップと直接授乳の実施
- ・ 母子にやさしい環境への配慮

母親の状態によって術後当日から、助産師による直接授乳を実施。

#### 褥婦棟の母乳育児支援

- ・ 母子同室、母子同床
- ・ 生後 24 時間以内に 7 回以上授乳する
- ・ 頻回授乳（子どもが欲しがるときに欲しがるとまに与える）
- ・ 具体的で個別的な授乳指導（授乳チェック表使用）
- ・ 母親の疲労感や訴えを傾聴する。母子の状態を的確にアセスメントし、必要に応じて子どもの預かり（母親の休息）や糖水の補充（ソフトカップ使用）
- ・ 未熟児室入院中の母親への援助
- ・ 帝王切開術後の母親への援助
- ・ 小児科医師による生後 5 日目の面談

母子同室の基準は、子どもの出生時妊娠週数 37 週・体重 2,200 g 以上、35～36 週・出生体重 2,400 g 以上で、子どもの状態が安定し、褥婦棟での母子同室が可能と判断された場合に適応。直接授乳ができるまでの間、母親には 3 時間ごとの自己搾乳の必要性（決して量ではなく搾乳回数、乳房への刺激が重要であること）を説明、支援。

● 退院後の母乳育児支援

退院後の母乳育児支援では、母親が母乳不足感や子どもの体重が少ないなど不安に思ったときや乳房トラブルがあったときに、いつでも窓口があることが重要。

退院後の母乳育児支援

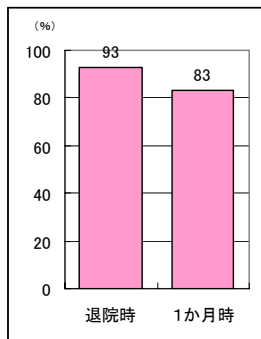
小児保健部での乳幼児健診(2週間健診及び各月の健康診察と育児指導、母乳相談の実施)  
 家庭(母子)訪問  
 母乳外来  
 電話相談  
 産褥健診時の個別指導 等

2005年の利用者数は総数2,569人、母乳育児期間の全般にわたる母子の利用。

【母乳外来のケアの内容】

母乳分泌不良、子どもの体重増加不良、母乳不足感への対応  
 乳腺炎、乳腺炎以外のトラブル(乳管閉塞に伴う硬結、乳房痛、分泌過多など)への対応  
 NICU入院中、子どもまたは母親が入院し、母子分離中の母親への支援(母乳分泌維持のための乳房マッサージや搾乳指導)  
 入院中からの授乳困難に対する継続した対応、NICU退院後の授乳練習 等

退院時及び1か月時の母乳栄養率



すべての病院スタッフが母乳育児の実践・推進・支援に関わる体制づくり

● BFH (Baby Friendly Hospital) 推進会議のワーキンググループとその活動

グループ	担当者	活動内容
妊娠中のケア	産科医、助産師	・外来で使用しているパンフレットの見直し ・おっぱいノート(妊婦用)の作成 ・妊娠中の乳房、乳首のチェック及び乳管開通法の指導の徹底 ・乳房カルテの作成(妊娠期、分娩期、産褥期を通じて使用)
母親学級 ペアクラス	産科医、小児科医、栄養士、助産師、薬剤師	・母親学級の内容の見直し ・妊娠中の母乳育児についての動機づけを高めるための支援の徹底
入院中のケア	産科医、小児科医、助産師	・入院中のケアの見直し ・母親・家族へのサポートを行うための指針作成
退院後のフォロー	産科医、小児科医、栄養士、保育士、保健師、看護師、助産師、臨床心理士	・退院後の支援内容の見直し ・医療者側のサポート体制の見直し
勉強会等	産科医、小児科医、助産師、看護大学・助産師学校教職員	・毎月1回の勉強会の企画、実施 ・退院時及び退院後の母乳率の統計

(提供：日本赤十字社医療センター)