

## 赤ちゃんとお母さんにやさしい 母乳育児支援

20時間基礎セミナー

セッション11：赤ちゃんが直接授乳できない場合

revised 2016乳

### セッションの目的

参加者は次のことを習得する。

1. 手による搾乳の利点と方法
2. 手による搾乳方法の習得支援
3. もらい乳と母乳銀行
4. カップ授乳の方法

2

### 1. 手による搾乳を習得する

### ステップ5

母親に母乳育児のやり方を教え、  
母と子が離れることが避けられない場合でも、  
母乳分泌を維持できるような方法を教えましょう

なぜ母親が手による搾乳の方法を  
学んでおくことが有用なのでしょう？

4

### なぜ手による搾乳方法を学ぶのか

- 乳房を楽にする
- 緊満/乳管閉塞を改善
- 直接乳房から哺乳しやすくなる
- 赤ちゃんが乳頭についた母乳の匂いを嗅げる
- 吸啜が弱い赤ちゃんの口の中に絞れる
- 吸着しやすいよう張っている乳房の乳輪を柔らかくして吸啜しやすくする
- 赤ちゃんが吸啜しないときも乳汁産生を維持し乳汁産生を増やす

5

### 搾乳器より手による搾乳を 好む母親が多い理由

- 手はいつでも使え、部品紛失なし、壊れない
- 手による搾乳は慣れると効果的、手早い
- 搾乳器のプラスチックの感触や機械音よりも、手による肌と肌の感触がよい
- 特に乳頭に痛みがあるとき、搾乳器よりも手のほうが乳頭にやさしい
- 搾乳器と違い交差感染のリスクが少ない

6

## 裕美さんのストーリー

- 裕美さんは、自分の赤ちゃんにとって母乳がとても大切なので母乳で育てたいと思いました。
- 赤ちゃんがあまり上手に哺乳できなかったため、看護師は生まれてそう時間が経たないうちから、裕美さんに搾乳方法を教えました

7

## 手による搾乳

図11-1  
手による搾乳

8

## 手による搾乳を覚える

- 乳房が緊満し痛みを感じやすい時期より、柔らかいときのほうが手による搾乳を覚えやすい
- 手による搾乳を行うための手順
  - ✓ 母乳を出やすくする
  - ✓ 乳管を見つける
  - ✓ 乳管の上から乳房を圧迫して搾乳
  - ✓ 乳房のあらゆる場所から繰り返ししぼる

9

## 母乳を出やすくする

- 母親は以下のようにするとオキシトシン反射（射乳反射）を促せる
  - ✓ 楽な姿勢でリラックス
  - ✓ 赤ちゃんのことを想い、見る（写真も）
  - ✓ 乳房を温め優しくマッサージ、なでる
  - ✓ 指で乳頭をつまんでやさしく刺激する

搾乳に慣れてくると、オキシトシン反射が生じやすくなるためわざわざ促さなくてもよい

10

## 乳管を見つける

- 母親が、乳輪の境目の近くで、乳頭から親指ひと関節分あたりをそっと触り他の場所と違っているとわかるまで探す
- ひもの結び目や豆が並んでいるよう
- 人さし指を乳管の上に親指をその反対側に置くか、親指を乳管の上に置き人さし指をその反対側に置いてはさむ
- 他の指やもう一方の手で乳房を支える

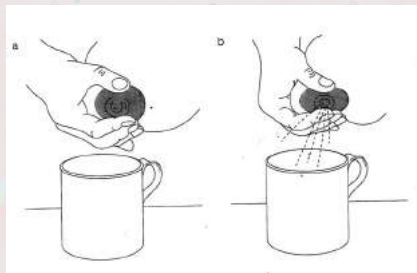
11

## 乳管の上から圧迫して搾乳する

- 母親が親指と人さし指で胸壁に向かってやさしく押す
  - ✓ 親指と人さし指で同時に乳管をはさんで圧迫
  - ✓ 乳頭に向かって母乳が押し出される
- 圧をかけたり緩めたりすることを繰り返すうちに（数分かかるかも）乳汁が滴り落ちる
- 少量の濃厚な初乳が出て、しばらくするとオキシトシン反射によって飛ぶように出てくるようになるかもしれない

12





13

### 乳房のあらゆる部分で繰り返し搾る

- 母乳の流れがゆっくりになったら親指と人さし指を乳輪の境目あたりのほかのところにも移動して、圧をかけたり緩めたりを繰り返す
- 両方の乳房から搾乳する場合
  - ✓ 母乳の流れがとまったら、もう一方の乳房を同じように搾乳
- 必要に応じてもう一度マッサージするための時間をとってもよい
  - ✓ 搾乳に戻り必要に応じて両方の乳房で数回繰り返す

14

### いつ搾乳するか

- 赤ちゃんが哺乳できないときは、赤ちゃんが生まれたらできるだけ早期に
- できれば生後6時間以内に搾乳を開始

15

### どれくらいの時間搾乳するか

- 吸吮できない赤ちゃんに初乳を与える搾乳
  - ✓ 5-10分の搾乳でティースプーン1杯の初乳、新生児の胃はとても小さいので、2時間ごと少量で充分
- 乳汁産生を増やすための搾乳
  - ✓ 夜間の1回搾乳を含め1日に少なくとも6回以上、1回に20分程度の搾乳（100分/24時間）
- 吸着しやすく乳輪を柔らかくするため
  - ✓ 3,4回の圧迫で充分
- 乳管閉塞をとるため
  - ✓ 閉塞とれるまで
- 職場復帰の場合
  - ✓ 搾乳時間は母乳の出かたと欲しがる量によって様々

16

### 初乳は少量でも貴重

- 早産児や病児は最初のごく少量しか飲めない
  - ✓ 初乳を少量、頻繁に与える
- 初乳は数滴でも貴重
  - ✓ スプーンや小さなカップ、直接赤ちゃんの口にしぼって、1滴たりとも無駄にしない
- 援助者がシリンジを乳頭にあてて、母親が搾乳する先から初乳を直接採取するのも有効
  - ✓ 小さなシリンジにすると、1mLでも相当な量に見える

小さいシリンジで少量の搾乳を採取

### 留意点:ふれずに励ます

- 保健医療従事者が母親の乳房に触れる必要はない
- 充分な量を得るまでには数回の搾乳を要するかもしれない
- 最初の搾乳で少量、もしくはまったく出なくても、あきらめないように母親を励ます
- 搾乳量は練習することで増加する

18

### 留意点: 傷めない

- 乳頭をつまんでしぼらないように説明
- 乳頭を圧迫しても引っ張っても母乳は出ない
- 痛いだけで乳頭を傷めることもある乳房を傷めるおそれがあるので、指を乳房の上ですべらせたりこすったりしない
- 搾乳は痛いものであってはならない
  - ✓ 痛かったら、今までにあげた技術を母親と見直し、実際に搾乳を観察

19

### 留意点: そのほか

- 練習すれば、母親が両方の乳房から同時に搾乳することも可能
- 月齢を経た赤ちゃんに搾乳と直接授乳の両方を行っている母親では最初に搾乳、そのあと直接授乳
  - ✓ 搾乳のときよりも脂肪成分が豊富な後乳を確実に飲める

20

## 2. 手による搾乳を学ぶための演習

### 演習 P228

- 2人1組、もしくは、3人1組（保健医療従事者役、母親役、オブザーバー）に1つの乳房模型
- コミュニケーション・スキルが重要！
  - ✓ 傾聴し、ほめて、情報を提供し、提案
  - ✓ 決して指示したり評価したりしてはいけない

22

## 3. 他の母親からのもらい乳と母乳銀行

### もらい乳

- 赤ちゃんが母親の乳房から直接哺乳できないときに、次善の策は赤ちゃんの母親の搾母乳
- 搾母乳が得られないときは他の健康な母親の母乳のほうが他の動物のミルクや豆乳などより適している
- 「乳母」とは自分が産んだのではない赤ちゃんに自身の母乳を与える女性のこと
- 「もらい乳」とは他の母親が搾乳した母乳のこと

24



## 母乳バンク（母乳銀行）

- 早産児や病児のために母乳を提供する母乳銀行
- 母乳提供者のHIVや他の疾患についてスクリーニング
- 提供された母乳も加熱殺菌
- 母乳銀行の供給には限りがある可能性がある
  - ✓ 通常、母乳銀行の母乳は短期間のオプションとして利用
  - ✓ のちのちは他の栄養法を話し合う必要がある

25

## 4. 搾母乳の飲ませ方

### 搾母乳の与え方

- 乳房から直接哺乳できない赤ちゃんには以下の方法で
  - ✓ 経口胃管や経鼻胃管
  - ✓ シリンジやスポイト
  - ✓ スプーン
  - ✓ 赤ちゃんの口腔内に直接に搾乳する
  - ✓ カップ
- どの栄養方法が必要か、どの方法が最適かは一組ごとの母親と赤ちゃんで個別にアセスメント
- 補足の方法は、赤ちゃんがどのくらいの量をどのくらいの速さで飲むのかによって決める

27

### 経管栄養

- 哺乳や嚥下ができない赤ちゃんに必要

28

### シリンジやスポイト

- 初乳など、ごく少量の母乳用
- あらかじめごく少量（1回あたり0.5mL以下）を口腔内の頬部内側に注入し、嚥下させた後もう少し注入する

29

### スプーン授乳

- 少量を与える点はシリンジと類似している
- 赤ちゃんは母乳が流れ込むのを制御できない
  - ✓ 母乳が勢いよく口腔内に入ってきたときには誤嚥するリスクがある
- 大量の母乳をスプーンで飲ませるのは時間がかかる
  - ✓ 与える人も赤ちゃんも、赤ちゃんが十分な量を飲む前に疲労
- 大きなスプーンは、カップ授乳と同じ

30

### 赤ちゃんの口の中に直接搾乳

- 赤ちゃんの吸啜を誘う
- 口蓋裂のある赤ちゃんの口の中に直接搾乳することもできる

31

### カップ授乳

- 嚥下できるが哺乳がまだ上手にできないため乳房から十分な量を哺乳できない赤ちゃん用
- 上手に吸着できなかったり、吸着と哺乳を短時間でできなかったりして、母乳を十分に飲む前に疲れてしまう可能性がある
- 30-32週で生まれた赤ちゃんは、カップ授乳から始めることが多い

32

### カップ授乳

図11-2  
カップ授乳

33

### カップ授乳の利点

- 赤ちゃんにやさしい: 赤ちゃんの口に侵襲的な栄養チューブを挿入しない
- 赤ちゃんが舌を使って味覚を覚える
- 赤ちゃんの消化を促す
- 呼吸/吸啜/嚥下を調整しやすい
- 母親にしっかり抱かれ、見つめあう
- 赤ちゃん自身が飲む量と飲むペースを調節できる
- 哺乳びんと人工乳首よりも清潔
- カップ授乳は「母親が母乳育児に失敗した」のではなく「直接授乳への移行期の方法」と捉えられやすい

34

### カップ授乳の不利な点

- 赤ちゃんが少しずつこぼした場合、母乳が無駄になるかも
- 定期的に直接授乳しなければ正期産児がカップ授乳を好むようになるかもしれない
- カップ授乳は楽なので、直接の授乳よりもカップが使用されるようになる可能性がある

例: 新生児治療室の看護師は母親を呼んで小さな赤ちゃんに授乳するのを助けるよりカップ授乳を好むかもしれない

35

### 赤ちゃんの飲む量

- 赤ちゃんが飲む母乳の量は、(どの方法でも) 授乳ごとに変化
- 飲む量が少量、空腹のサインをみせた場合は特に、次の授乳を若干早くする
- 哺乳量は1回の摂取量ごとに計測するのではなく、24時間の合計量で計測
- 赤ちゃんが弱くてカップ授乳では十分に授乳できない場合は、経管栄養で母乳を追加する

36



## 母親にカップ授乳を教える

- 母親にカップ授乳の経験がないとき⇒カップ授乳の情報が必要
- 母親が実際にカップ授乳で飲んでいるわが子を見る必要がある
- 母親が自分でもカップ授乳ができると自信がもてるように教える必要がある

図11-2  
カップ授乳

37

## カップ授乳の洗浄・消毒

- カップは、哺乳びん/人工乳首と同じ方法で消毒する必要はない\*
- 大きく口が開いて表面が滑らかなカップは、温かい石けん水で洗浄し、容易に清潔にできる
- 吸い口がついているものや、ふたのついたものや表面が粗いものは、乳汁が付着して細菌が繁殖しやすいので避ける

\*注：日本の施設では交差感染の可能性を避けるため十分な消毒を必要としているところが多い

38

## 経管からカップ授乳へ

- 赤ちゃんは、経管栄養からカップ授乳へ、そして直接授乳で十分に飲めるようになっていく
- 人工乳首つきの哺乳びんを「覚える」必要はない

39

## 実演

- 配布資料「カップ授乳」参照 (p.236)
- 人形を使ってカップ授乳を実演 (p.280)

40

## Take-Home Messages(11)

- 手による搾乳の習得：乳房を楽に/直接授乳しやすく/分泌維持/分離の場合に母乳確保
  - ✓ 搾乳の手順：母乳を出やすくする/乳管を見つける/乳管の上から乳房を圧迫し搾乳/乳房のあらゆる部分から繰り返し搾る
  - ✓ 搾乳量は搾乳することで増加
- 搾母乳の飲ませ方：チューブ/シリンジ・スポイト/スプーン/直接口に搾乳/カップ（個別にアセスメント）
  - ✓ カップ授乳：嚥下ができるが哺乳が上手でないため乳房から充分量を哺乳できない赤ちゃん。在胎30-32週で生まれた赤ちゃんはカップ授乳から始めることが多い
  - ✓ 母親に経験がない場合：実際にカップ授乳を見て、自信がもてるよう教える

41

## 補足情報

### 安全なもらい乳のための補足情報

- 赤ちゃんの母親がHIV陽性で乳母が母乳を飲ませる場合
  - ✓ 乳母（HIV陰性であることを証明）
  - ✓ カウンセリング（安全な性生活についての情報も含む）
  - ✓ 乳母への母乳の支援
- 母親が赤ちゃんのそばで赤ちゃんの世話をすることが母と子のきずなの形成に重要
- 母乳の熱処理でHIV感染のリスクを減らせる（必要のない熱処理はしない）

43

### ナーシング・サプリメンター

- 直接乳房から哺乳しながら乳汁を補足する器具
  - ✓ 乳汁産生を刺激/哺乳を促し母子の接触を密に
  - ✓ 児が乳房に吸着し哺乳できなければ使えない
- チューブは使用後すぐ洗浄
  - ✓ 病児/早産児は使用毎に滅菌
  - ✓ 健康な児/月齢の高い児は熱い石けん水で洗浄

図11-3  
ナーシング  
サプリメンターの  
使用による授乳

44

### 搾乳器が実用的で入手可能な場合

- 手による搾乳法を学ぶのが望ましいが、母親が使いたい場合
  - ✓ 効果的な搾乳器の選択、使用法を伝える
- 背もたれやひじ掛け付きの椅子にゆったり座る:
  - ✓ リラックス、マッサージ⇒オキシトシン反射を刺激する助けとなる
- 両方の乳房を同時に搾乳できる電動式搾乳器
  - ✓ プロラクチン濃度↑
  - ✓ 母乳が大量に必要な場合に有用

45

### 搾乳器の使用法

- 快適に感じる吸引圧で吸引
- 吸啜パターンに似せ、初期は短く早い吸啜、その後は長くゆっくり吸引
- 吸引圧を上げても搾乳量は増えず乳房を痛めるおそれがあるだけ
- シリンダー付きの手動型
  - ✓ シリンダーを引きながら心地よい吸引圧を調整
  - ✓ 母乳の流れがゆっくりになるまで吸引
- わずかしき搾乳できない場合
  - ✓ （オキシトシン反射の刺激も含め）使用法を確認
  - ✓ 母乳が出ていないと結論づけない

46