

## 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7：直接授乳を援助する（ステップ5）

revised 2016上

### セッションの目的

1. 授乳姿勢の要点
2. 直接授乳のアセスメントの方法
3. 授乳姿勢と吸着のポイント
4. 直接授乳のための授乳姿勢と吸着を母親が学べるようにやってみせる
5. 直接授乳をいつ援助するか
6. 「母親役」を援助する小グループでの演習
7. 乳房への吸着が困難な理由を知る

2

### 1. 授乳姿勢 (赤ちゃんの抱き方)

### 必要に応じ授乳姿勢の支援

- 適切に吸着できるよう、母親の抱き方を支援
- 赤ちゃんが適切に吸着して効果的に哺乳しているならば、母親の授乳のやり方に介入しない
- ✓ 観察している要点を母親に話す
- ✓ 母親が自信を持てるように
- ✓ 母乳育児がうまくいっているかどうか母親自身がわかるようにする

4

### 母親の授乳姿勢はさまざま

- 授乳姿勢はいろいろ
  - ✓ 床に座る, 椅子に座る, 横になる, 立ちながら, 歩きながらなど
- 授乳中の工夫
  - ✓ 背中をクッション/枕などで支える
  - ✓ 椅子に座っているなら両足を台などで支えて足を安定させる
  - ✓ 必要があれば母親が乳房を支える など

5

### 赤ちゃんの体勢

- 赤ちゃんを快適にするための4要点
  - ① 耳, 肩, 腰が一直線  
(首がねじれたりうつむいたりけぞらない)
  - ② 赤ちゃんの体を乳房に近づけて母親の体に密着させる
  - ③ 頭/肩を支える (新生児であれば体全体)
  - ④ 赤ちゃんを乳房に近づけるときは, 赤ちゃんの鼻と乳頭を向き合わせる

6

### さまざまな授乳姿勢



一直線にする  
密着させる  
支える  
向き合わせる



Breastfeeding Counselling - a training course  
Unit 4: Breastfeeding - the first 10 days

7

### 寄りかかり授乳



8

### 支援者も快適な姿勢で

- 支援者自身が快適な姿勢でなければ、母親をうまく支援することができない
- 支援者の背中が支えられていなかったり体が曲がっていたりしたら、早く（援助を）終わらせようとする可能性がある
- 手伝いやすい姿勢、快適でリラックスできる姿勢で座る

9

## 2. 直接授乳のアセスメント

### 直接授乳アセスメントでできること

- 母親と赤ちゃんがうまくできている点を見つけて褒める
- 現在母乳育児で困っている点に関する情報を入手できる
- やり方を変えておかないと後で問題を起こす可能性がある点を明らかにできる

11

### 直接授乳のアセスメント方法

- 「母親のやり方を観察したい」というのではなく「赤ちゃんの飲んでいるところを観察したい」と説明  
✓ 母親に安心してもらえる
- 厚い毛布にくるまれているなら赤ちゃんの体勢が見えるよう毛布をとってもらおう

12



直接授乳観察用紙

母親の名前 \_\_\_\_\_ 日付 \_\_\_\_\_  
 赤ちゃんの名前 \_\_\_\_\_ 赤ちゃんの年齢(日齢) \_\_\_\_\_  
 授乳がうまくいっているサイン: \_\_\_\_\_ 距離がありそうなサイン: \_\_\_\_\_

母親

☐ 健康そうに見える  
☐ リラックスしており、居心地がよさそう  
☐ 母親と赤ちゃんとのきずなサイン

赤ちゃん

☐ 健康そうに見える  
☐ 落ち着いていてリラックスしている  
☐ 授乳時、乳房に向ったり探したりする

**P166 直接授乳観察用紙**

赤ちゃんの体勢

☐ 乳頭が扁平で、突出していない  
☐ 乳頭が扁平で、突出していない

赤ちゃんの姿勢

☐ 下唇の下側のほうに乳輪がよく見える  
☐ 口が大きく開いていない  
☐ 唇をすぼめている、もしくは唇をき込んでいる  
☐ 下唇が乳輪にふれていない

哺乳

☐ 速くて強い吸乳  
☐ 哺乳しているときに顔が内側にくぼむ  
☐ 母親が赤ちゃんを乳房からはなしてしまう  
☐ オキシトシン反射のサインに気がつかない

備考: \_\_\_\_\_

13

### 「直接授乳観察用紙」の使用

- 保健医療従事者は観察のポイントを押さえて授乳における困難を認識できる
- 直接授乳がうまくいっているポイントや困難となりそうなポイントが記載されている

✓ すべてのチェックが左側  
 ⇒ 直接授乳はおそらく順調

✓ チェックが右側  
 ⇒ 取り組むべき困難がある可能性あり

14

### 母親全体を見る

- 母親について気がついたこと
  - ✓ 年齢、全体の様子、健康か病的か
  - ✓ 幸せそうか悲しそうか
  - ✓ 落ち着いているか、緊張していないか
- 母親と赤ちゃんのきずな
  - ✓ 目を合わせているか
  - ✓ 微笑んでいるか
  - ✓ 自信を持ってあふげなく抱いているか

15

### 赤ちゃん全体を見る

- 赤ちゃんについて気がついたこと
  - ✓ 全身の健康状態、覚醒しているか眠っているか
  - ✓ 穏やかか泣いているか
  - ✓ 鼻づまりや口蓋裂のような哺乳に影響しうる何らかの状態はないか
- 赤ちゃんの反応
  - ✓ 空腹のときに乳房を探すか
  - ✓ 母親に寄っていくか、離れようとするか

16

### 授乳前・乳房を見る

- 乳房と乳頭の様子
  - ✓ 健康的か、腫れているか、痛そうか
- 痛みを訴えたり、赤ちゃんに授乳することを恐れているような素振りはないか
- 授乳のために乳房をどのように支えているか、赤ちゃんが口いっぱいに乳房を含むのに母親の指が邪魔になっていないか

17

### 赤ちゃんの授乳体勢を観察

- 頭と体（脊柱）がまっすぐか
- 体が密着しているか
- 体が支えられているか
- 乳房と向き合い、乳頭に鼻を近づけているか

など

18

### 吸着の様子を観察

- 乳輪
- ✓ 赤ちゃんの上唇の上側はよく見えていて、下側はあまり見えないか
- 口が大きく開いているか
- 下唇が外向きに開いているか
- 下顎が乳房にふれているか

19

### 赤ちゃんの哺乳を観察

- ゆっくりした深い吸啜が見えるか
  - 穏やかな嚥下音
  - × 舌打ち、あえぐような音
- 哺乳中の赤ちゃんの頬
  - 赤ちゃんの頬が膨らんでいる
  - × 頬が内側に引き込まれていないか
- どのようにして授乳が終わるか注目
  - 赤ちゃんは自分から乳房を離して満足そうに見える

20

### 母乳をあげている感じはどうかを 母親に尋ねる

- 何らかの射乳反射のサイン
- ✓ 乳汁が漏れる
- ✓ じんじんとした感じがする
- 何か不快や痛みはないか

21

## 3. 授乳姿勢と吸着のポイントを見分ける

下の写真を見ながら「直接授乳観察用紙」  
の項目をチェックしてみましょう

図7-2  
直接授乳観察用写真  
例示①

23

### 写真でわかるポイント: 全体/体勢

#### 全体に関して：

- ▶ 母親は全体的に健康そう
- ▶ ゆったりと座っている
- ▶ 愛情をこめて赤ちゃんを見ている
- ▶ 乳房は健康的である
- ▶ 母親は乳房を支えていない
- ▶ 片方の乳房だけを服の間からだしている

#### 赤ちゃんの体勢：

- ▶ 赤ちゃんの頭と体は一直線
- ▶ 密着して抱かれていない
- ▶ しっかり支えられていない
- ▶ 母親に向き合っている

図7-2  
直接授乳観察用写真  
例示①

24



## 写真でわかるポイント: 吸着

### 赤ちゃんの吸着:

- ▶この母親の乳輪はよく見えないが、赤ちゃんは乳房を口いっぱいに含んでいないように見える
- ▶赤ちゃんの口は大きく開いているが十分に大きくはない
- ▶赤ちゃんの下唇は外向きに開いている
- ▶赤ちゃんの下顎は乳房に
- ▶接していない

\*写真からは哺乳のポイントは見ることができない

25

母親に何かやり方を変えるように提案する場合には、その前に何か良い点を伝えるのを忘れないようにします

母親に伝える良いポイントはどのようなものがありますか

図7-2  
直接授乳観察用写真  
例示①

26

## 母親にどのような良いポイントを伝えますか？

- 赤ちゃんは元気に育っていて、幸せそうに母乳を飲んでいるように見える
- 母親は赤ちゃんを愛しげに見ている
- 赤ちゃんの体は一直線になって抱かれ、母親に向き合っている

図7-2  
直接授乳観察用写真  
例示①

27

## 母親にどのような提案ができますか

図7-2  
直接授乳観察用写真  
例示①

- 赤ちゃんが密着する 授乳姿勢を母親に取り直すよう提案する

- ブラジャーで乳房を圧迫しないようにする
- 片手で赤ちゃんの背中とおしりを支えて引き寄せる
- そうすればもう一方の手で乳房を支えることもでき、赤ちゃんは大きな口いっぱいに乳房を含むことができる

28

## 大きな口とはどんなもの？

図7-3  
大きな口

29

下の写真を見ながら「直接授乳観察用紙」の項目をチェックしてみましょう

図7-4  
直接授乳観察用写真  
例示②

30

## 写真でわかるポイント: 全体/体勢

### 全体に関して:

- ▶ 母親や母親の授乳姿勢はよくわからない
- ▶ 2本の指で「はさみづかみ」で乳房を支えている
- ▶ この形で指を長時間保つことはむずかしく、乳頭の近くに滑ってしまい、赤ちゃんが大きな口を開ける妨げになりかねない
- ▶ 赤ちゃんは健康的に見えるが緊張しているように見える(手をきつく握りしめている)

### 赤ちゃんの体勢:

- ▶ 頭と体は一直線でない
- ▶ 密着して抱かれていない
- ▶ 十分に支えられていない
- ▶ 母親に向き合っていない

図7-4  
直接授乳観察用写真  
例示②

31

## 写真でわかるポイント: 吸着

### 赤ちゃんの吸着:

- ▶ この写真では乳輪をよく見ることはできない
- ▶ 赤ちゃんの口は大きく開いていない
- ▶ 赤ちゃんの下唇は外向きに開いていない
- ▶ 赤ちゃんの下顎は乳房に接している

\* 写真からは哺乳のポイントは見ることはできない

図7-4  
直接授乳観察用写真  
例示②

32

## 母親にどのような良いポイントを伝えますか?

- 赤ちゃんは健康そうに見える
- 母親は赤ちゃんを愛しげに見ている
- 母親の指は乳輪から離れている

図7-4  
直接授乳観察用写真  
例示②

33

## 母親にどのような提案ができますか?

- 赤ちゃんを密着させる姿勢を母親に取り直すように促す
- 赤ちゃんをもっと近くに抱き寄せて(枕などで)体をもっと高い位置で支える  
⇒ 赤ちゃんは緊張せず、頭を後ろにそらせないで乳房に届く
- 乳房を手のひらで包むように支える  
⇒ 赤ちゃんが乳房を大きな口いっぱいを含む助けとなる

図7-4  
直接授乳観察用写真  
例示②

34

## 下の写真を見ながら「直接授乳観察用紙」の項目をチェックしてみましょう

図7-5  
直接授乳観察用写真  
例示③

35

## 写真でわかるポイント: 全体

### 全体に関して:

- ▶ 母親や授乳姿勢はあまり多くを見ることはできない
- ▶ 2本の指で乳房を支えているが、2本の指は乳房をしっかり支持できているようには見えない
- ▶ 乳房を赤ちゃんまで垂らしている
- ▶ 赤ちゃんは健康上の問題があるように見える  
⇒ 1回に長い時間哺乳するのがむずかしい可能性がある

図7-5  
直接授乳観察用写真  
例示③

36



### 写真でわかるポイント: 体勢

赤ちゃんの体勢:

- ▶赤ちゃんの頭と体は一直線で首がねじれていない
- ▶赤ちゃんは密着して抱かれていない
- ▶赤ちゃんは支えられているが、乳房の高さで支えて母親の方へ向きを変える必要がある
- ▶赤ちゃんが母親の方を向いていない

図7-5  
直接授乳観察用写真  
例示③

37

### 写真でわかるポイント: 吸着

赤ちゃんの吸着:

- ▶この写真では、乳輪をよく見るできない
- ▶赤ちゃんの口は大きくは開いていない
- ▶赤ちゃんの下唇が外向きに開いている
- ▶赤ちゃんの下顎が乳房に触れていない

\*この写真からは哺乳のポイントを読み取れない

図7-5  
直接授乳観察用写真  
例示③

38

### 母親にどのような良いポイントを伝えますか？

- ▶赤ちゃんは母乳を飲んでいる
- ▶赤ちゃんに対する母親のやさしさと愛情が表れている

図7-5  
直接授乳観察用写真  
例示③

39

### 母親にどんな提案ができますか

- 赤ちゃんに覆いかぶさらないように、もっと快適な授乳姿勢を母親が見つけれられるようにする
  - 密着する姿勢を母親が取り直す
  - 赤ちゃんを密着させて抱く
  - 赤ちゃんの体全体を乳房のほうに向けなおし、(枕などで) より高い位置で支える
- ⇒赤ちゃんは乳房を口いっぱいを含みやすくなる

図7-5  
直接授乳観察用写真  
例示③

40

### 壊れてないなら直さない

- これらの写真にはいくつか改善できるポイントが見られるが、多くの母親や赤ちゃんは何の困難もなく授乳できる
- 問題のありそうな方にばかり目を向けるのではなく、母乳育児が順調にできているポイントに注目する

41

## 4. 赤ちゃんの抱き方と吸わせ方を母親が学べるように援助する

## 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

43

## 母親が自分ができるように支援

- 目的：母親が自分自身で赤ちゃんを適切な体勢にして吸着できるように支援
- ✓ 保健医療従事者が赤ちゃんを適切な体勢にすることができても、母親が自分でできなければ、母親が自信を持つという助けにはならない

44

## 母親を援助する際に覚えておくこと

- 援助を申し出る前によく観察する。何か問題があるときのみ援助を申し出る
- できる限り“手を出さない”やり方で母親が赤ちゃんを吸着できるように支援
- やってみせる必要があるなら、最初は支援者自身の手と身体で(人形などで)実演
- 必要があれば直接触れるのではなく支援者の手で優しく母親の手や腕をとり誘導
- 直接授乳する際に母親が理解できる要点（一直線で、密着させて、支えて、向き合う）について話す

45

## 母親は皆同じではない

- 母乳育児を学ぶためにより多くの時間を必要とする母親や赤ちゃんもいる
- 自信がもてるような、たった数語の言葉しか必要としない母親もいる
- 保健医療従事者に求められるのは、母親をよく観察し傾聴すること  
⇒ そうすれば実際的な援助や精神的な支援を適切に提供できる

46

## 座っている母親の授乳支援（実演）

- 母親に挨拶
- ✓ 自己紹介
- ✓ 母親と赤ちゃんの名前を尋ねる
- 母親にどんな調子か1つか2つの自由回答方式の質問をする
- 赤ちゃんがどのように母乳を飲んでいるかを見てよいか母親に尋ねる
- 自分自身も座る
- ✓ リラックスして心地よく支援しやすい体勢
- 授乳を観察（数分）

47

## 授乳のアセスメント

- 「直接授乳観察用紙」を使って観察
- 母乳をあげている感じはどうか尋ねる
- 何か元気づける言葉をかける
- 何が助けになるか説明し、実際にやってみてもよいか尋ねる

48



### 授乳の様子観察後の声かけの例

- 何か元気づける言葉をかける  
「〇〇ちゃんはお母さんのおっぱいが大好きみたいですね」
- 何が助けになるか説明する  
「〇〇ちゃんがもっと口いっぱいにおっぱいを含めば、飲ませるときの痛みはもっと少なくなるかもしれません」
- 実際にやってみてもよいか尋ねる  
「どのようにするのかを、私がやって見せてもよいですか」

49

### 母親が楽な授乳姿勢に

- 母親の授乳姿勢が重要
- 椅子の背にもたれて座り足を支えると楽
- 必要なら巻いたタオル、クッションや枕を使用

50

### 赤ちゃんの体勢 ~復習~

- 赤ちゃんを快適にするための4要点
  - ① **耳、肩、腰が一直線**  
(首がねじれたりうつむいたりのけぞらない)
  - ② 赤ちゃんの体を乳房に近づけて母親の体に**密着させる**
  - ③ 頭/肩を**支える**(新生児であれば体全体)
  - ④ 赤ちゃんを乳房に近づけるときは、  
赤ちゃんの鼻と乳頭を**向き合わせる**

51

### 乳房を支えたい場合

- 乳房の下で胸壁に沿って指を乗せ、人指し指が乳房を下から支える形
- 親指を使って乳房の上側を**軽く**押さえる  
⇒ 乳房の形をもっと赤ちゃんが吸着しやすいように
- 指を乳頭の近いところに置かない  
⇒ 赤ちゃんが口いっぱいに乳房を含むのを妨げないように

52

### 吸着できるように支援する場合

- 乳頭で赤ちゃんの唇に触れると口が開く
- 赤ちゃんの口が大きく開くのを待って乳房に近づける
- 赤ちゃんの下唇は乳頭よりもずっと下をねらうようにする  
⇒ 乳房が赤ちゃんの上唇に触れる前に下顎や下唇がふれる
- 赤ちゃんを乳房のほうへもっていく
- 母親が前かがみになったり、乳房を赤ちゃんのほうにもっていったりしない

53

### 触れる必要がある場合の注意点

- できるだけ母親や赤ちゃんに触れない
- 母親がどうしてもよいかを伝えるために触れる必要がある場合
  - ✓ 支援者の手を母親の手もしくは腕に添えて母親を通して赤ちゃんを抱く
  - ✓ 赤ちゃんの頭の後ろではなく、肩の後ろを抱く
  - ✓ 赤ちゃんの頭を前に押さないように注意

54

### 赤ちゃんの頭をつかまない

- 月齢が小さい赤ちゃん
  - ✓ 頭や首だけではなく体全体を支える
- 月齢が進んだ子ども
  - ✓ 哺乳する際に座って背中を支えられることを好む場合もある
  - ✓ 手や腕で赤ちゃんの頭を支える時はきつくつかまない
- うまく吸着できるコツの一つ
  - ✓ 赤ちゃんのお尻を引き寄せる→赤ちゃんの頭が少し後ろにそる→鼻がふさがらない、自然に口が開くので吸着しやすい

55

### 呼吸ができないのではと心配？

- 呼吸できるようにと赤ちゃんの鼻あたりの乳房をおさえて、鼻から離す必要はない
- 赤ちゃんの鼻が塞がってしまうと心配なら
  - ✓ 赤ちゃんのお尻を引き寄せて、母親の体にもっと近づける
  - ✓ そうすると赤ちゃんの頭が後ろに少しそるのて、鼻が乳房から離れる

56

### 提案後の母親の反応に注目

- 自分から言うか心地よさそう = うまく吸着
  - ↓
  - 心地悪く痛みを伴う = うまく吸着できていない
- 適切な吸着のサインをすべて探す
- 吸着がうまくできていなければもう一度
- 大抵何回かやってみる必要がある
- ある授乳姿勢がむずかしいなら楽で心地よい授乳姿勢を見つけるよう支援

57

### 添え乳の支援（実演）

- 母親に挨拶
  - ✓ 自己紹介、母親と赤ちゃんの名前を尋ねる
- 母親にどんな調子か質問
  - ✓ 1-2つの自由回答方式の質問
- 赤ちゃんがどのように母乳を飲んでいるかを見てよいか母親に尋ねる:
- いつも通りに赤ちゃんに乳房を含ませてもらう
- 自分自身も座る
  - ✓ リラックスして心地よく支援しやすい体勢
- 授乳を観察（数分）

58

### 授乳の様子を観察後のステップの例

- 前向きな言葉をかける
  - 「横になって授乳するのは体も休めてとてもいいですね」
- 何が助けになるか説明する
  - 「少し体勢を変えて赤ちゃんをもっと体に引き寄せると楽かもしれませんね」
- 実際にやってみてもよいか尋ねる
  - 「どのようにするのかを、私がやって見せてもよいですか」

59

### 伝えるポイント

- リラックスするために眠るときのような横向きの姿勢で寝る
- 片肘で支えていては大抵の母親はリラックスできない
- 枕や巻いたタオルを頭の下や膝の間に入れるとよい
- 背中にも支えが必要
  - ✓ ベッドの横の壁、巻いたタオル、もしくは夫を支えにしてもよい

60



### 赤ちゃんの体勢 ~復習~

- 赤ちゃんを快適にするための4要点
  - ① **耳,肩,腰が一直線**  
(首がねじれたりうつむいたりのけぞらない)
  - ② 赤ちゃんの体を乳房に近づけて母親の体に**密着させる**
  - ③ 頭/肩を**支える**(新生児であれば体全体)
  - ④ 赤ちゃんを乳房に近づけるときは、  
赤ちゃんの鼻と乳頭を**向き合わせる**

61

### 添え乳での支えと吸着

- 赤ちゃんの背中を母親の下になったほうの腕で支えてもよい
- 必要なら母親の乳房を上側の手で支える
  - ✓ 乳房を支える必要がなければ上側の腕で赤ちゃんの背中を支えてもよい
- 添え乳の吸着困難のよくある理由: 赤ちゃんが「上に行き過ぎる」(母親の肩に近すぎ),赤ちゃんの頭がうつむいて乳房にくっついてしまう
- 提案に対する母親の反応に注目

62

## 5. いつ直接授乳を援助するか

### 初回授乳の次の授乳

- 生後1時間以内に乳房を見つけ吸い始める時間
  - ✓ 授乳姿勢や哺乳の評価云々は抜きにしてリラックス
- 多くの母と子はこの出会いのあと数時間眠る

64

- 数時間後赤ちゃんが目覚めたとき
  - ✓ 母親が援助を必要とするなら心地よい体勢を見つけ赤ちゃんがよい体勢をとり吸着するのを助けるのにより時間
- 正期産の健康な赤ちゃんは最初の数時間は起こす必要はない
- 低血糖のリスク\*がある場合は、3~4時間後に起こして授乳することを考慮

\* 早産児、低出生体重児、在胎週数に比べて体重が小さい、赤ちゃんが分娩時に鎮静薬にさらされた など

65

### 母親自身が赤ちゃんを適切な体勢で抱けるようになる必要

- 実際に援助する前にまずは観察することを忘れない
- 保健医療従事者が赤ちゃんに適切な体勢をとらせるのではなく、母親が赤ちゃんを適切な体勢で抱くのを手伝う
- 母親自身が赤ちゃんを適切な体勢で抱けるようになる必要がある

66

## 6. 小グループで「母親役」を支援する練習をする

### 演習

- 小グループになる
  - ✓ 2人1組になる
  - ✓ 順番に母親役が赤ちゃん（人形）に適切な体勢を取らせる援助をしあう

\* 参考 \* (P167)  
「赤ちゃんの抱き方についての母親への支援」

68

## 7. 乳房への吸着がむずかしい赤ちゃん

### 吸着が難しい場合まず観察

- 赤ちゃんは多くの理由で直接授乳を嫌がっているように見えることがある
- 母親は赤ちゃんに拒否されているように感じて悩むかも
- それが生後の数日間である場合
  - ✓ 母と子がどのように授乳をおこなっていくかを学ぶ時間が必要なだけかも
- 授乳を観察し赤ちゃんがどのように吸着しようとしているかを観察
- 自由回答方式の質問で可能性のある理由を判断

70

なぜ赤ちゃんが哺乳を嫌がるように見えるのでしょうか

### 赤ちゃん側の要因

- 空腹ではない
  - ✓ 哺乳びんで何かを与えていないか確認
- 寒い, 病気, 小さい, 筋力が弱いなど
- 口の中に痛みがある
- 鼻づまりがある
- 抱かれて痛がる
  - ⇒ 鉗子分娩などによる傷などを押されたり特定の方向で頭を支えられて痛がる場合がある
- 人工乳首の吸い方を覚えてしまい直接乳房を吸うのがむずかしくなっている

71

72



### 母親側の要因

- 抱き方が適切でない
  - ✓ 乳房や赤ちゃんを動かしてしまったり、揺らしてしまったりすると吸着してられないことがある
- 乳房が緊満し硬くなっている⇒吸着困難
- 乳汁が速く出すぎる
  - ✓ 最初はうまく吸えるがすぐ泣いたりむせたりして乳房を離す
- 乳汁分泌が非常に少ない
  - ✓ 赤ちゃんがはじめのうち何も飲めないと怒って飲むのをやめてしまう

73

### 片方の乳房の拒否

- 片方の乳房から充分飲めて満足しもう片方の乳房を拒否することがある
- 赤ちゃんはずっと同じ体勢でいると痛いのかもかもしれない
- 左右で乳汁分泌が違っていたり、片方の乳房が緊満していたりするのに気づいて嫌がっているのかもかもしれない

74

### 哺乳を嫌がるときの対応

- 可能なら原因を取り除くか治療
  - ✓ 母親が適切に抱き充分に吸着できる支援
  - ✓ 速すぎる乳汁の出/強い緊満の場合は授乳前に少し搾乳する
  - ✓ 口の痛みや鷺口瘡を治療
  - ✓ 赤ちゃんの疼痛を軽減
  - ✓ 赤ちゃんの外傷: 痛くない抱き方支援
  - ✓ 人工乳首使用を避け必要ならカップ授乳
  - ✓ 乳房に嫌な味/においがつく香水などを中止

75

### 乳房を心地よい場に

- 最初の肌と肌のふれあい:
  - ✓ 吸着するまでに1時間以上かかることあり
  - ✓ 吸着しないこともある
  - ✓ 赤ちゃんが空腹ではないときに、静かな環境で
    - ⇒ 乳房を心地よい場所と感じるために役立つ。その後、赤ちゃんは乳房を探索し準備ができたなら吸着
- 泣いている赤ちゃんを無理やり乳房に向かわせてはいけない
  - ⇒ 赤ちゃんにとって乳房を心地よく感じるように
- 直接授乳を楽しいと感じるようになるまでの間搾乳してカップ授乳をする必要があることもある

76

### 哺乳を嫌がらないような予防

- 多くの乳房拒否の例は予防できる
  - ✓ 早期から頻繁に肌と肌のふれあいを行うと、最初の数時間で乳房の上が安心な場所だと赤ちゃんが認識できる
  - ✓ 静かで急かされない環境で、母親が授乳姿勢や吸着のコツを覚えるよう支援する
  - ✓ 赤ちゃんが直接乳房から飲めるようになるまで忍耐強く待つ
  - ✓ やさしくゆったりと（自信をもって）赤ちゃんのお世話をする

77

### Take-Home Messages

- 授乳姿勢
  - ✓ 母親も援助者も楽な姿勢、ゆったりリラックスして行う
  - ✓ 赤ちゃんの体勢は一直線
- 直接授乳のアセスメント
  - ✓ 観察（母親と赤ちゃんの全体的様子/乳房/赤ちゃんの体勢/吸着/哺乳）
  - ✓ 母親に授乳の感じを聞く
- 吸着がむずかしいとき:
  - ✓ 赤ちゃんが乳房に向かっていき吸うかを観察/自由回答方式で理由を探す

78