

母乳通信 第16号



母乳通信は、しんしろ助産所の母乳育児に関する考え方と手技をまとめた通信です。
母乳で育てたいプレママ・ママを応援します。

【お母さん方からよく聞かれる質問にお答えします ②】

Q1. お風呂上がりに麦茶や湯ざましは必要なの？

A. 必要ありません

育児書などに「お風呂上がりには赤ちゃんものどが渇くので麦茶をあげましょう」と書かれていたり、「赤ちゃん用麦茶」として販売されている商品もあつたりすると「麦茶をあげなければ・・・」と心配されるお母さんもいるかもしれませんが、実際は生後6ヵ月までの赤ちゃんに栄養や免疫のないものを飲ませ、お腹一杯にする必要はありません。

Q2. フォローアップミルクは必要？

A. 必ずしも必要ありません

フォローアップミルクは「1歳近くになり何らかの理由で離乳食の摂取が少なく蛋白質などの不足が懸念される場合や、鉄欠乏の恐れがある場合には必要」と、厚生省の離乳食の基本に書かれています。病気のときや、離乳食にムラがある場合などにあげましょう。生後9ヶ月になったら必ずフォローアップミルクに切り替える必要はありません。母乳が出て、お肉やレバー・野菜なども食べており、離乳食が順調に進んでいけば特にあげる必要はありません。

Q3. 授乳中でも乳がん検診は受けられるの？

A. 受けられます

授乳中でも、乳がん検診を受けることは可能です。以前は乳腺の発達している授乳中は検査できないと言われていたこともありましたが、乳腺外来など専門機関ではきちんと検査をしてくれます。気になる症状が続く時は、1人で悩まず専門家に相談しましょう。

Q4. まだうまく母乳が飲めないうちに退院となりました。どのくらいの補足が必要ですか？

A. 下記の表を目安にしながら補足量を決めましょう

退院後の補足は在胎週数や体重・日齢によっても違いがあります。大まかな補足の目安は以下のとおりです。思った以上に母乳の出が良く、補足が必要ないこともあります。産後2週間頃に、母乳の具合や赤ちゃんの体重、哺乳量などのチェックをうけられると良いですね。

赤ちゃんの乳汁摂取必要量

- ・生後48時間～日齢5・6日まで：100～120ml/kg/日
- ・日齢7日以降：150ml/kg/日

補足の目安

- ・直接母乳では哺乳量がほとんどない場合：搾母乳+人工乳→150ml～200ml/kg/日
- ・直接母乳である程度哺乳量がある場合：搾母乳+人工乳→50ml～100ml/kg/日

