

母乳育児サークルだより 第4回 2004.12.19

～はげましあって楽しく子育て～

今回は、参加者12名中、新メンバー4名でした。
全員が一言ずつしゃべりました。

いおままさん 1歳

子どもは一人です。周囲の(ミルクをのませなさい)という攻撃にも負けずに母乳で頑張りました。現在も母乳をのんでいます。

らむ

子どもは3人です。母乳で育てました。苦労したときに周囲の人に助けられて頑張れたので、このサークルにはいりました。

ぼっちさん

子どもは3人います。母乳で育てました。来年一人産まれます。鹿屋市の母親学級で母乳の説明がどの程度あるのか関心を持っています。

Kさん 6か月

最初は周りからの助言もありミルクをたしていました。今は完全母乳です。

ちいさん 1歳1か月

ごはんよりおっぱい大好きです。

K2さん

2か月のときに2回、乳腺炎をしました。40度の発熱があり、助産師さんは母乳をあげてもいいといわれたのですが、産科の先生が「おっぱいがきたないから、母乳をやめた方がいい」といわれたので、その時だけ母乳をやめて乳腺炎の治療の点滴をうけました。今は母乳です。前回、サークルに参加して安心できました。

Tさん 7か月

主人の姉が3人目を産み、今、帰省中なので話をする機会がありました。お姉さんは3人とも出産病院がちがいますが、そのことについて、どの病院もいい面と悪い面があるといっていました。母乳をのませた後に体重測定があり、一人目育児のママさんばかりだったのに、助産師さんの助言がなかった病院もありました。ある病院は、夜中に授乳したくない人は、病院の方でミルクをたしてくれるそうです。

Iさん 9か月

産まれてから500グラム体重が低下したがミルクをたしませんでした。実姉のアドバイスもあり助産院に魅力を感じ、助産院での出産を選びました。10か月まで産婦人科で経過を診てもらい、その後は実家近くの助産院(埼玉)にかかりました。実姉は3人子どもがあり3人とも母乳で育ててきました。又、一人目を助産院で出産、二人目、3人目を自宅で出産しています。

T2さん

一人目が一月に産まれます。Iさんと親戚で、Iさんから出産についての話を聞き、自宅出産したいと思いそのことを親に言ったら反対されました。出産病院には、初日より母子同室でお願いしてあります。

T3さん 3か月

母乳はよく出ていましたが、吸い付きが悪く混合で育てていました。のんでもらうように一生懸命頑張り、今は完全母乳です。乳腺炎ものりきりました。2回くらい助産師さんにマッサージしてもらい、今、食べ物に気をつけています。納豆青魚たべています。

T4さん(今回、初参加の保健師さんです)

子どもは3人います。寝太郎先生みたいな先生がいるときに出産したかったです。

一人目は仕事をしていたので2か月から7か月まで保育園に母乳をもっていき、たりないときはミルクをたしていました。その後は母乳のみで育てました。乳腺炎をおこしたときにある先生が、油と砂糖をひかえるようにといわれました。ひかえたら大分改善されました。

Fさん

子どもは二人です。二人とも1歳で卒乳しました。卒乳する10日くらい前より卒乳することを子どもに話しました。誕生日の日に卒乳しましたが、あまり泣かずに卒乳できました。

F2さん

4人目です。一人目でかなり苦労したのでこの会があることをうれしくおもいます。

一人目のとき、おっぱいを飲ませるのに流れていかず、カンカンにはって乳腺炎になりました。とても痛くて薬をのんで治りました。友人が母乳育児の本を貸してくれて、おっぱいのつまりのとりかたを知らなかったから乳腺炎になったことが分かりました。4人目を産んだ病院で母乳の間隔が1～2時間だからミルクを足しなさいといわれたがミルクはたしませんでした。

《意見交換》

母乳育児中の母親の薬剤使用について

寝太郎先生より 授乳の絶対禁忌薬は抗癌剤、放射線物質だけです。その他、抗精神病薬、抗けいれん薬などは赤ちゃんの状態に注意しながら授乳継続可能です。風邪薬や普通の抗生剤(ミノマイシン、クロラムフェニコール以外)は全然問題ありません。乳腺炎になったときの薬以外の対処法

T4さん ジャガイモ湿布が効果あります。

(作り方)ジャガイモの皮をむきすりおろし、酢を2～3滴たらしめます。小麦粉をまぜ、耳たぶくらいのやわらかさにし、ラップにのばします。ガーゼにくるんでおっぱいにあてます。ラップにのばしたまま冷凍保存できます。サトイモでも代用でき

ます。そのほかキャベツを乳首のところを切り抜きおっぱいにあてるのも効果あります。

食事と乳腺炎の関係について

寝太郎先生 島にいるときに、開業したばかりの助産師さんが低カロリーの食事(精進料理のような)を出すようにした結果、以前、産婦人科の食事をたべていた産婦さんより母乳の出や産後の肥立ちがよく驚いたことがありました。

T4さん 昔から餅がいいといわれますが、乳管の開通がうまくいかないうちに餅をたべるとしこりができます。又、高脂肪、高カロリーはおっぱいがつまりやすくクリスマス、お正月にトラブルのおこる人が多いです。ストレスにならない程度にケーキは控えてください。

サークル終了後に、納豆、青魚を心がけてたべているというT3さんに意見をきいたところ、血液サラサラ食療法は効果あり!でしたよ。

《その他》

ぼっちさん 新潟で地震がありましたが、母乳だとどんな状況でも飲ませられるので、やっぱり母乳は安心だなとしみじみおもいました。

T4さん 冬場、おっぱいをあげるときに背中がでて寒い思いをする時の対処法です。古いTシャツのおっぱい部分を切り取り着用します。見た目は変ですが背中が冷えなくて暖かいですよ。

母乳は消化剤の役割もあるので、離乳食のあとも母乳を飲ませましょう。

エルモ@相談員の絵本についてのお話

絵本を読むことで0歳の赤ちゃんは言葉のひびきをかんじます。3歳ではくりかえしてパターンが同じものを喜びます。もっと大きくなるとストーリー性のあるものを好みます。子どもをひざのうえにのせてよんであげます。大きくなると子どもが絵本のページをめくり、読むことができる部分を読みます。親子で読書を楽しみましょう。

～さいごに～

サークルの中で同じような質問が繰り返しになってもかまいません。皆さん、何度でも質問しましょうね(^ ^)

今回は1月16日(日)午前10時からです

(毎月第3日曜日10時定例)

今回は、サークル名の投票を未だしていない方に御願ひして最終結果を出します。楽しみ(^ ^)

文:らむ(リーダー)

