

ぽっかぽかだより 第16回 2006.2.19

～はげましあって楽しく子育て～

今回は、初参加5名を含む12名の参加でした。

<<参加したママさんより一言>>

MUTAさん(1才5ヶ月)
初めは混合。その後は完全母乳になった。

おんぶさん(3人目2才半)
今でも寝る時はおっぱいを吸っている。帝王切開だったが、体調も良く無理なく母乳で過ごすことが出来た。

Sさん
初参加。現在2人目母乳育児中。先日乳腺炎になった。一人目の時、乳腺炎で母乳をやめることになったので、今回は続けていけるように頑張りたい。

S2さん
初参加。3ヶ月ぐらいになると、周りは果汁を与えたらと言うのが心配。

Kさん(7ヶ月)
初参加。帝王切開で出産。子供はNICUに入っていた。最初はおっぱいも張らなかつたし、子供も吸うのに時間がかかったが今は混合になった。母乳の方を多くしていけたらと思っている。

Mさん(11ヶ月)
出産後は混合、退院してからは母乳のみ。母乳で水分をとっていると思っていたが、便が硬いように思う。他に水分を足した方がいいのか悩んでいる。

Aさん
初参加。一人目も卒乳までいけたので、二人目も頑張りたい。

なまげさん(1才5ヶ月)
産後1ヶ月は混合で以降は母乳のみ。現在は離乳食がメイン。

なぎさ(三人目1才5ヶ月)
一人目はよく泣く子だったので、母乳不足かな？との不安から授乳後ミルクを足していたら、ミルクだけになってしまった。二人目は周囲のアドバイスもあり母乳に。2才半で自然卒乳した。母乳育児はすごく楽だったと実感した。三人目も卒乳するまで頑張りたい。

ぼっちゃん(4人目8ヶ月)
離乳食もすすんでいる。大きくなるのは嬉しいが寂しくも感じている。

<<意見交換>>

果汁について(3ヶ月頃からすすめられる)

なまげさん・・・新聞などで、早い時期から与えない方が良いと知り、周りに話しをしていた。

おんぶさん・・・以前は2・3ヶ月で与えていた風潮の中だった。3人目は母乳だけで良いと知ったので、周囲に説明している。このサークルなどの情報が役立っている。

ぼっちゃん・・・「アレルギーを起こしやすくなる」といえば分かりやすいのでは。6ヶ月未満の乳児に母乳以外のものを与えると、雑菌が増え腸内の膜がこわれたりする。

寝太郎先生・・・昔のミルクには浸透圧の関係で白湯などが必要だったが、母乳には必要ない。

赤ちゃんの体重増加について
体重の増え方が少ないのではと指摘された。
なぎさ・・・良く飲み機嫌もよく元気であればその子なりのペースもあると思う。

らむさん・・・母子手帳の発達曲線はミルクの赤ちゃんの統計をもとに作っており、母乳の赤ちゃんは平均よりも下のラインでもおかしくないと思う。

寝太郎先生・・・母子手帳の身長・体重を曲線に実際に当てはめて見るのが良い。グラフの流れが大事。体重だけではなく、身長とのバランスも大事。心配なときはドラッグストア等ではなく、小児科医や助産師さんに相談してほしい。相談のお子さんは、実際にグラフにして正常であることが確認されました。

便が硬いので水分補給などした方がいいのか？
寝太郎先生・・・便秘は水分を摂ったからといって改善されない。毎日出血があるようなら本人も苦痛であり、便を軟らかくする薬を使って治療することがある。水分補給する際は哺乳瓶やマグマグやストローでなく、コップで飲ませてほしい。

乳首を噛む
Sさん・・・上の子は噛まなかつたりと兄弟でも違う。
なぎさ・・・乳質が悪いと噛んだりする。噛んだときにすごく怒ったら、それ以降噛まなくなつた。

みかりん先生(矯正歯科医)・・・まずはお母さんの食事を見直す。噛まれた時は、子供にいけない事だとしっかりと伝えることが必要。例えば、ライオンのお母さんは爪を立てて噛んだりすると本気で怒る。そうすることでライオンの子供は、じゃれて遊ぶときに相手に爪を立てたり、本気で噛んだりしてはいけないということを事を学んでいく。人間も同じ。きちんと叱ってもいいと思う。最近の保育園では、友達を噛んだりする子が増えてきているように感じる。ミルク育児の子も多く、ゴム乳首では相手がゴムなので痛いとは分からない。そして、そのまま教わることなく大きくなつたのではないかとされている。

S助産師さん・・・母乳が出なくて噛むこともある。乳量を増やすには、白ご飯を多くとるとよい。日本食が一番あっている。

乳腺炎の時困った。
なまげさん・・・ここいやさんでマッサージをしてもらった。某産婦人科などでも午前中は助産師さんがいて見てくれている。

なぎさん・・・何度か乳腺炎をして産婦人科に行ったりもしたが、しっかりした処置をしてもらえなかつた。専門の技術を持った方にしてもらうのがいいと思った。今は張りっぱなしにしない事と食事に気を付けている。

S助産師さん・・・乳腺炎時にも授乳はOK。まずは、詰まっている方を赤ちゃんの下顎にくるようにして授乳してみるとよい。食事を見直し、カロリーも控えて予防することが大事。

T保健師さん・・・一度詰まるとなりやすくなるので、じゃがいも湿布(冷凍保存可)など常備しておくとうい。

Mさん・・・ほとんど毎週木曜日に大隅学舎でK助産師さんのおっぱいルームがあり、トラブルを起こした方が来ている。

S助産師さんの(ここいやし)HPに詳しく書いてあります
おひさまこどもクリニックHPのリンク集にもあります。

母乳と湿疹について
市町村の乳児健診で配布されているパンフレットで、母乳が原因で乳児の

脂漏性湿疹が悪化すると書いてあった。
寝太郎先生・・・極端なアレルギーの人以外、母乳で湿疹が出る事はない。湿疹の多くはスキンケアで良くなる事が多い。トラブルを起こしている場合、汚れた皮膚の上に軟膏塗布しても効果がない。朝夕石けんできっかり泡立て洗い、保湿する(入浴後3分以内が効果的)。子供の肌は、皮脂が少なく水分を保持しにくいためにどうしても乾燥してしまう。シャボン玉せっけんなどの無添加の純石けんが良い。本当に良い物は、どこにでもあり安く手に入るものです。

らむさん・・・某小児科で湿疹が酷い時に、母親が卵と肉類を除くように言われた。友達からしゃぼん玉せっけんをもらい、使ってみたら良くなつた。
おんぶさん・・・スキンケアで肌がだいぶ違ふと感じる。

子供(1才5ヶ月)が最近、イライラしたり思うようにいかない事があると自分の耳を引っ張る。自閉症ではないかと周りが言うので気になる。
なまげさん・・・子供の個性では。ベビーサインのような、子供の気持ちを代弁する動作を教えてみてはどうか。

入浴時に、手などに付いた泡を舐めてしまう事があるが大丈夫か？
なまげさん・・・手だけを先に洗い、流してから体を洗っている。
寝太郎先生・・・少量なら大丈夫。純石けんは無害だが、それ以外の合成洗剤は気をつけた方がよい。

<<その他>>
T保健師さん・・・なるべく赤ちゃんの1ヶ月健診などは小児科で受けてほしい。
寝太郎先生・・・子供に薬を飲ませるにあたっては、どんな味がするものなのか親も味見してほしい。(特に子供が薬を嫌がる時など)

3月9日(木)
高山保育園ちやいるどはうすにて、矯正歯科医のよつもと先生の講演会があります。

高山保育園ちやいるどはうす(子育て支援センター)
でんわ0994-65-1308

3月19日(日)
14時から、東地区学習センターで秋葉英則先生の講演会があります。

今回はゆっくりと時間もあり、みなさんの日頃ある「ちょっとした心配事」なども気軽に話しが出来て良かったと思います(^_^)

S助産師さんからも、乳首の亀裂や乳頭の白斑が出来たときに有効な「ゆきのした」という葉を見せてもらいました。

次回は3月19日(日)午前10時からです

文：なぎさ

