



～はげましあって楽しく子育て～

<<参加者から一言>>

ももさん：2才になる子供がいます。今まで母乳できましたが、そろそろ卒乳をと思っているが、ふんざりがつかないところ。

Hさん：2回目の参加。子供は3ヶ月。母乳が出る時と、出ない時とあるようで母乳不足なのでは？体重の増えも気になる。最近、頭を掻く癖？があり傷になったりしている。無理にでも止めさせた方がいいのか、悩んでいる。

Nさん：3回目の参加。勉強になるので参加してます。

Mさん：4回目の参加。6ヶ月になるが、寝返りをしません。

N2さん：6人の子育て中。上の子が13才なので、長く母乳を続けているな～と思います。

なぎさ：3人の子育て中。一人目は混合で、2・3人目は母乳育児ができました。下の子が4才になるところから卒乳を促し、4才半ぐらいで卒乳しました。今も、時々触ってくることはあります。

Sさん：5人の子育て中。下の子の授乳の際に乳首が切れ、痛くて困ってます。何かいい方法がないか知りたい。

みいちゃん：開業助産師をしています。新生児訪問もしています。

<<意見交換>>

母乳が、出ている時とそうでない時と差がある

N2さん：2人目の時、1人目と違って溢れるように母乳が出なかった。時期で母乳も減ったり、増えたりするのかあ。。。

Mさん：私も不安に思ったことがありました。自分の体調にも関

係するの、疲れていると母乳の出もよくなかった。たんぽぽコーヒーや、焼き芋など摂ってみたら良かった。今は問題なく出ている。

Nさん：私も疲れている時は、出が悪かったような気がする。

ももさん：母子手帳の体重曲線と比較してみて、体重が減ってくる様であれば、助産師や小児科の先生に一度診てもらった方がいい。

頭を掻くのを、無理に止めさせた方がいいか？(ミトンを使う方がいいのか)

Nさん：耳をよく掻くので、爪は短く切るようにしてはいます。

N2さん：自分の子は、肌が弱くアトピーがあり、その為痒みがあった。肌の治療をし、保湿をこまめにしていた。

ももさん：癖もあるかもしれないが、部分的な湿疹はないか？痒みの原因があれば、治療すれば掻かなくなることも。赤ちゃんの手足は突き出た脳と言われている。外界との接触刺激は脳の発達に必要なので、できるだけ手袋や靴下を使用しない方がいい。

うつ伏せが嫌いで、お座りさせている

Nさん：お座りをさせると、機嫌よく遊んでいる。

ももさん：お母さんが簡単にお座りをさせてしまうと、そこで遊んなくなって動かなくなる。いざりを覚えてしまうので、ハイハイもなくなるケースも。

なぎさ：不自由な環境にあるほうが、自力で体を動かし発達するのではないかと思う。

離乳食を、あまり食べない

N2さん：離乳食も食べていたが、母乳の回数もあまり変わらなかった。嘔吐訓練だと思っていた。

ももさん：離乳食は親も楽しみですね。子供が自分で食べる事が、意欲にもつながる。どんどん手掴みさせてみては。子供はお母さんの気持ちが分かるので、食べてと言われると身構えてしまうということも。授乳の回数が増えても、授乳と食事は別だと思っています。

アトピーがあるが、食事はどうか？

N2さん：上の子の時、卵・牛乳のアレルギーがあった。母親もその食品は避けて下さいと言われてたが、それがストレスになった。大きくなった今はアトピーもよくなり、保湿だけには気をつけてます。

ももさん：確かに微量ですが母乳に出ると言われていますが、今は母乳の影響より、母親もバランスのいい食事(和食中心)を、心がけていくことがいいと言われています。

乳首が切れ、授乳時に痛む

N2さん：紫雲膏を塗ったことがある。

ぽっちさん：最近では傷の処置も、消毒しない方がいいとされている。プロペト等(保湿剤)を塗ってラップで湿潤させる。皮膚が自分で再生する機能を持っているので、傷も早く治る。

なぎさ：2～3才になる頃、乳首に裂傷ができ、痛みが酷かった。授乳は辛かったが、子供が欲しがるので授乳していた。子供の気をそらせながら、授乳回数を減らすようにしたら、早く治ったような気がします。

文：なぎさ