

「不足気味」「出ない」…

母乳育児あきらめないで

母乳で子供を育てたい。妊娠中からそう考える女性は多いが、実際には「不足気味」「出ない」といった悩みが付きもの。育児に自信をなくしてしまつケースもあり、専門家は「問題は解決できるので、一人で悩まず助産師などに相談して」と呼び掛けている。

母乳は赤ちゃんの発育に必要な沢区の主婦郷藤絵美さんも、その栄養をすべて含み、生後半年んな悩みに苦しんだ。1月に長ぐらゐまではそれ以外の栄養を男が生まれ、退院後は同市青葉要しない「完全食品」だ。厚生区の実家で完全母乳に努めてい労働省の調査では、妊婦の96%たが、一時的に体調を崩し、ミルクの補充を始めた。その後もが母乳のみで育てたいと希望。併用が習慣化し、今度は長男がしかし、生後1カ月で完全母乳吸う右の乳房が痛むように。左は4割程度、ミルク併用が5割側だけで授乳していたが、不足超と、なかなか望み通りになつていない。感ほ日ごとに見、助産院を訪背景に「十分出ない」というねることにした。「母乳が出るのにミルクを続母乳の不足感がある。横浜市金

ネットに頼らず 助産師に相談を

けてしまったので、おっぱいに母乳がたまつてしこりに。それが痛みになっていた」と助産院バースあおば(同区)の助産師仲かよさん。一時的にミルク補給の必要が出て再び完全母乳のベースに近づけていかないと、乳首の通りも悪くなり、赤ちゃんが吸いにくくなつてしまつたという。

仲さんの協力で徐々にミルクを減らし、完全母乳を取り戻した郷藤さん。「安易にミルクに頼っていた。良き相談者の支えで、不安なく母乳が出るようになり、子供の表情も和やか」と笑顔だ。

核家族化や少子化で育児環境程度だ。の孤立傾向が強まっている。乳聖マリア学院大学(福岡県久留米市)看護学部の松原まなみ教授は「母乳が足りているか、授受する民間組織「プライマリ・オーラルケア研究会」(東京都台東区)の調査では、母乳親自身で判断するのは難しい。不安解消のために、「ネット個人で事情も異なるので、安易にネットや雑誌に頼るのではなく、助産院などに行った」は1割にネットや雑誌に頼るのではなく、まず助産師や母乳外来の専門家に相談してほしい」と話す。



母乳の悩みは専門家と一緒に解消—横浜市青葉区の助産院バースあおば