

授乳について



母乳の分泌を増やすには…

出産後、早い時期から頻回におっぱいを吸わせることで、母乳の分泌はより早く増加します。出来るだけ赤ちゃんと一緒に過ごし、赤ちゃんの“飲みたいサイン”に気付いてあげましょう。おっぱいを飲ませるタイミングに制限はありません。欲しがるままに飲ませてあげてください。赤ちゃんが吸いやすくなるように、乳頭のマッサージをして柔らかくしてあげましょう。
(マタニティブック妊娠編 P42, 43 参照)

赤ちゃんの飲みたいサイン

- 母乳を吸うように口を動かす
- 母乳を吸う時のような音を立てる
- 手を口に持っていく
- 素早く目を動かす
- クー、ハーなどの声を出す
- むずがる



おっぱいの測り方 (母乳測定量)

おっぱいが良く出るようになってきたら、赤ちゃんがどのくらい飲んでいるか測ってみましょう。

1. おむつの確認。(汚れていたら交換する)
2. 産着のまま赤ちゃんの体重を測る。(紙にメモを忘れずに！)
3. 授乳をする。(できれば左右吸わせて)
4. おむつは交換せず、再度赤ちゃんの体重を測る。

ミルクについて

授乳室に温まっているミルクが常設してあります。
清潔な哺乳瓶もありますので、ご自由にお使いください。
ミルクを飲ませる場合、3時間の間隔を目安にしてください。
3時間以内でのミルク哺乳はスタッフにご相談ください。



★おっぱいやミルクの授乳は、お部屋でも授乳室でも行っていただけます。
授乳クッションもありますので、ご自由にお使いください。
哺乳瓶に入れたミルクは早めに飲ませてください。

★添え乳はママが起きている時に行いましょう。
ママが眠るときは、赤ちゃんはコットに寝かせてあげましょう。
(ベビーセンスは必ずONにして下さい。)

授乳のことでわからないことがあれば、スタッフまでご相談ください。