

# 母乳育児の早期開始

## 災害時

産科医療サービス提供者のための 母乳育児の早期開始支援ガイド



警告

### 災害時 母乳育児は命を救います

母乳育児の開始が遅れたり、肌と肌の触れあいをしなかった場合、以下のように、母と子に重大なリスクがあります

- 新生児の感染症、低体温・低血糖、心拍や呼吸の不安定死亡
- 新生児へのストレス、母子の絆の阻害、ネグレクトや育児放棄
- 産婦死亡、産後の多量出血、産後うつ
- 母乳育児の困難、母乳だけで育てない早期に母乳をやめる



### 母親との対話の要点

妊娠中や産後の数日間に母親と話し合う必要のあるトピック

- ✓ 新生児の典型的な哺乳パターン（例えば非常にひんぱんに母乳を飲む時があるなど）
- ✓ ひんぱんな授乳、母子が一緒にいること（24時間母子同室）、肌と肌の触れあいの大切さ
- ✓ 赤ちゃんが十分母乳を飲んでいるとわかる信頼できるサイン（次の確認を参照）
- ✓ 赤ちゃんの空腹や安心を求める合図を認識しそれに応えること
- ✓ 哺乳瓶・人工乳首・おしゃぶりの使用、母乳をあげないこと、母乳以外の栄養や液体を飲ませることのリスク
- ✓ 災害時によくある赤ちゃんの様子とそれに応じる方法（落ち着かせるテクニック）
- ✓ 母親がストレスを感じたり自分の食事内容を心配していたりする時でも母乳育児を継続できることを伝えて安心させること
- ✓ 母親の栄養と心身の健康
- ✓ 母乳で育てている女性への家族サポート
- ✓ 夜間の安全な眠りと授乳

女性には、常に（災害時も含め）、母乳育児について知識があり支援をしてくれる保健医療従事者から、産前産後のケアを受ける権利があります

### 確認

赤ちゃんは十分母乳を飲んでいるか？

新生児が十分に母乳を飲んでいるかどうかを見分ける最も信頼できる方法は、体重、便と尿の排出を観察することです

生後日数と便の回数(出産当日を1とする) 濡れたおむつの枚数



その他の安心できるサイン

- ✓ 赤ちゃんが24時間に少なくとも8回母乳を飲んでいる
- ✓ 出生体重の7-10%以内の生理的体重減少である
- ✓ 脱水症状（例：大泉門がへこんでいる、色が濃く匂いの強い尿が出ているなどの症状）がない
- ✓ 赤ちゃんがしっかりと目覚めて活発である

### 早期授乳開始を支援するためはどうしたらいいでしょうか？

#### 1 妊娠中

以下について母親と話しましょう

- 肌と肌の触れあい、初乳、母乳だけを飲ませること、産後1時間以内に母乳育児を開始することの大切さ
- 生後数日間の母乳育児のコツ：授乳時の赤ちゃんの抱き方、吸いつき方のコツ、手による母乳のしぼり方



詳しくは 母親との対話の要点を参照

#### 2 出産直後

母親が赤ちゃんに肌と肌を触れあうように

- 母親の裸の胸に裸の赤ちゃんを乗せる
- 母親の胸の上で赤ちゃんの体を拭き、赤ちゃんの状態を観察する
- 掛け物で母親と赤ちゃんを覆って保温する
- 赤ちゃんの口と鼻が常に見えるように確認する



WHOとUNICEFは、すべての母親と新生児が産後すぐに持続的に肌と肌の触れあいをすることを推奨しています

#### 3 生後1時間以内

少なくとも1時間、持続的に肌と肌の触れあいをし、母親が母乳育児を開始するのを支援する

- 赤ちゃんが本能的に母親の乳頭のほうに這っていき、母乳を飲み始めるように支援する
- 生後1時間以内に乳房を吸わせるのがなぜ大切なのかを伝え、母親が赤ちゃんの準備ができたサインを認識できるよう助ける
- 母子の肌と肌のふれあいをさえぎらない（体重測定など）緊急性のない処置は遅らせ、（新生児のアセスメントやモニタリングなどの）必要な処置は赤ちゃんを母親の胸に乗せたまま行う
- 母子観察のプロトコルに従い、助けを呼ぶことが必要なのはどのような時かを母親に説明する



1時間以内に母親の胸に乗せた子どもの数を忘れずに記録しておくこと

#### 4 生後1日目

母乳育児支援を続けましょう

- 実際的な支援とエモーショナルサポートを提供
- 適切な吸いつき方と母乳が飲めているサインを伝える
- 母乳育児の困難の対処を援助



詳しくは 母親との対話の要点を参照

#### 5 退院時

母乳育児の状況をチェックし、母親の知識を確認する

- 母乳育児に困難があるようなら、スキルのある母乳育児カウンセラーにつなげる
- a) 新生児の危険な兆候、b) 栄養不足の兆候、c) 援助を受ける方法の3つを伝える
- 母親を母子保健サービスと母乳育児支援サービスにつなげる
- 2週間以内に出生届を出すようにする



### 支援で大切なこと

生後数日の母乳育児を軌道に乗せるために

- ! 施設の乳児栄養に関する方針としてWHO「母乳代用品のマーケティングに関する国際標準」を常に遵守する
- ! 生後数日間は沐浴をしないこと
- ! 哺乳瓶とおしゃぶりの使用を避け、母乳以外の栄養や液体を与えないこと
- ! 災害時には母親が普段よりもストレスを感じ、自信が揺らぐこともあるそれが原因で母乳の産生が増えるのに時間がかかったり、母乳の流れがゆっくりになることもある母親が安全だと感じ支えられていると感じるように援助することで、母乳の流れを助けることになるそのためには、

- 母親の話に耳を傾ける
- 尊厳のある医療ケアを提供する
- 母親の良い点を伝え励ます
- プライバシーを尊重し尊厳を守る
- 肌と肌の触れあいを支援する
- 体に触れることや処置などが必要な場合には事前に同意を求める

! 一時的に母子分離が避けられない場合は、母親が2-3時間ごとに清潔な容器に母乳をしぼってコップで授乳するように支援する

WHOとUNICEFは生後6か月間は赤ちゃんが母乳だけを飲むことを推奨しています

### 特別なケア

ハイリスクの母親と赤ちゃん

早期から母乳育児を開始し母乳だけで育てることで命を守ることができます。健康でもハイリスクでも、新生児に対する人道救援では、優先的に取り組むべきことです。以下は、医療従事者向けの特別なケアの手順とアドバイスの一覧です。

低出生体重児、早産の赤ちゃん

- ✓ カンガルーマザーケア(KMC)を提供し、辛抱強く母乳育児を実践する

帝王切開術後

- ✓ 後ろに寄りかかった授乳、横向きの添え乳、脇抱き授乳といった抱き方を試す
- ✓ 出産の直後に、母親が赤ちゃんに肌と肌の触れあいを安全にできるよう介助する方法を伝える



障がいを持った母親、あるいは病気やケガで思うようにできない人

- ✓ 母親が授乳できるように、あるいは搾乳をコップで与えられるように母乳をしぼるための実際的な援助を提供する

性暴力の被害者である母親

- ✓ 直接授乳が辛い記憶を呼び起こす可能性があることを理解し、トラウマに配慮したケアを行う

母親が死亡している場合

- ✓ 母乳バンクのドナー母乳を提供したり、代わりに母乳を飲ませてくれる健康な女性を見つける。最後の手段として、OG-IFEのガイドランスに従って乳児用ミルクを提供する

医学的に補足が必要な場合

- ✓ 医学的に必要な場合のみ補足を与えるその判断は母乳育児のトレーニングを受けた保健医療従事者がしぼった母乳を補足に使うのがより望ましい

調整のヒント  
支援サービスの計画時に、災害時にはハイリスクの母親と赤ちゃんの数が増えることを考慮しておく



IFE Core Group (災害時の乳児栄養のための国際的コアグループ) のインフォグラフィック (情報画像) シリーズの一部です。さらに情報が欲しい方は [www.enonline.net/ife](http://www.enonline.net/ife)

