

育児編

10.授乳

産後すぐは授乳について悩むことが多いかと思います。多胎の赤ちゃんは小さくうまれることが多く上手に飲めなかったり、体重を増やしないと・・・というママの焦りが募ったりすることがあります。ママがしんどくならないように自分に合う授乳方法をみつけてください。

同時授乳について

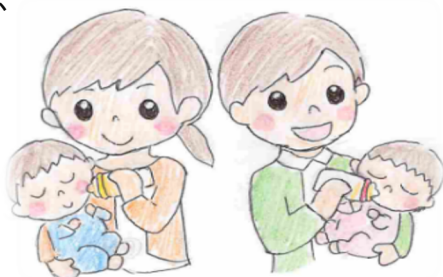
赤ちゃんの授乳を同時にすることによって母子の生活リズムを整え、母親と家族の睡眠・食事・入浴の時間の確保をすることができます。出産後すぐはママが慣れないことや赤ちゃんがうまくおっぱいを吸えないことから、うまく出来ないことが多いですが焦らずチャレンジしてみてください。1日のうち1, 2回できると睡眠確保ができます。

方法:

1)ミルクとミルクの場合

①パパと協力して同時にミルクをあげる方法。

- ★パパの出来ること→ミルクを作る
- ・ミルクをあげる。げっぷ



②ママかパパが同時にミルク



※誤嚥の危険性があるので、哺乳中は絶対に目を離してはいけません

2)おっぱいとおっぱいの場合

①同時にあげる方法:授乳クッションなどを使う

- ★パパの出来ること→赤ちゃんを抱っこして授乳姿勢のお手伝い。
- おっぱいが終わったらミルク哺乳のお手伝い。



3)おっぱいとミルクの場合

①ひとりはおっぱい、もうひとりミルク

- ★パパの出来ること→もうひとりの赤ちゃんのミルクをあげる

