

母乳について



母乳は小さく生まれた赤ちゃんにとって、免疫力を高め、感染症や腸の病気から守ってくれる薬のようなものです。壊死性腸炎などの重い病気にかかるリスク、重症化を低減するなどの利点があります。

しかし、おっぱいの状態は人それぞれであり、ママの体調によって母乳が出ない場合や、ママが病気の治療中で母乳があげられない場合もあります。

そんな時はどうか一人で考え込まず、NICUスタッフに遠慮せず相談してみてください。病院によっては、「ドナーミルク」を使用している場合があります。

「ドナーミルク」って何？

様々な検査基準をクリアした、健康で母乳がたくさん出るママから寄付いただいた、母乳バンクで安全に処理した母乳のことです。

一般財団法人日本財団母乳バンク公式サイト <https://www.milkbank.or.jp/>

※ドナーミルクの使用可否については医師の判断の基づくものであり、病院によっても異なります。まずは、NICUスタッフに相談してください。



赤ちゃんに、どうやって
母乳（ミルク）を
与えるの？

まだお口から母乳（ミルク）を飲むことのできない赤ちゃんには、胃に入っているチューブを通して与えます。そのほかに、綿棒に母乳をしみこませて、赤ちゃんのお口にふくませることもできます。母乳に含まれる免疫物質により感染予防効果があるほか、母乳のおいしさにより赤ちゃんの安心感が得られる効果があります。母乳綿棒を希望される場合は、一度NICUスタッフに相談してみてください。

なかなか母乳量が増えないと不安ですね。大丈夫。ママの愛情はしっかりとあかちゃんに伝わってますよ！ 25w4d/576g/4歳7ヶ月

搾乳について

母乳分泌を促し維持するために、ママの体調が落ち着いたら、できるだけ早期に搾乳を開始しましょう。また、生活リズムに合わせて、1日8～10回は搾乳するようにしてください。最初は分泌が少ないかもしれませんが、0.1mlでも赤ちゃんに味わってもらうことができます。搾乳は大変な作業です。市販のもので手動や電動の搾乳器もあります。詳細な搾乳方法については、NICUスタッフに相談してください。

搾乳の届け方

届ける際は冷凍した状態で、溶けないようクーラーBOXに入れるなどしてNICUスタッフに届けてください。詳細についてはNICUスタッフに確認してください。

【搾乳量の記録】



大阪府HP

日付	/	/	/	/	/	/	/
搾乳回数	時間量 (ml)	時間量 (ml)	時間量 (ml)	時間量 (ml)	時間量 (ml)	時間量 (ml)	時間量 (ml)
①	:	:	:	:	:	:	:
②	:	:	:	:	:	:	:
③	:	:	:	:	:	:	:
④	:	:	:	:	:	:	:
⑤	:	:	:	:	:	:	:
⑥	:	:	:	:	:	:	:
⑦	:	:	:	:	:	:	:
⑧	:	:	:	:	:	:	:
⑨	:	:	:	:	:	:	:
⑩	:	:	:	:	:	:	:

昼夜問わず搾乳生活の始まり。産後大変な中、搾乳をするということは誰よりも最高で素敵なママです。 22w6d/470g/2歳2ヶ月

NICUの赤ちゃんの生活とご家族のかかわりのめやす（一例）

※赤ちゃんの状態や医療機関により異なりますので、NICUスタッフにお尋ねください

修正
週数

22

赤ちゃんのようす

ママのおなかの中に近い静かな環境で、ほとんどを寝て過ごします

体温調節を助けるため保育器の中にいます



耳が聞こえ始めています

まだ、おくちからミルクが飲めません

28

光を感じるようになります。少しずつ目を開けている時間がみられます

体温が少しずつ安定してきました
皮膚の感覚もできあがってきます

ご家族のかかわり

そばにいる そっと触れる
母乳を運ぶ
お写真・成長を記録

赤ちゃんが頑張っている姿を見守りましょう。
この時期の赤ちゃんは、大きな声や音にびくつきしてしまいがち。保育器の窓は、静かに開け閉めしましょう。

ママタオル・パパタオル

ママやパパの抱っこには赤ちゃんの安心につながります。
ママタオル、パパタオルを用意してみましょう。

優しく声かけ

ママやパパの声聞いて、赤ちゃんは安心します。発達にも良い影響を与えますので、優しくゆっくりと声をかけてください。

母乳を浸した綿棒

赤ちゃんの栄養は、胃に入っているチューブから母乳（ミルク）を注入したり、点滴で補っています。母乳を少し浸した綿棒をなめさせてあげることができます。
そうすることで、赤ちゃんを感染から守り、母乳のにおいや味により赤ちゃんが安心できます。

ホールディング

手のひらで赤ちゃんを包み込んであげます。
保育器の中で、抱っこされているようなぬくもりと安心感を赤ちゃんに与えてあげることができます

保育器の外で抱っこ カンガルー抱っこ

ママやパパと赤ちゃんの肌と肌を触れ合わせることで、ゆっくりとコミュニケーションをとるカンガルーケアができるようになります。
赤ちゃんの体温も保たれ、呼吸が安定する効果もあります。
また、親子の絆が深まり、母乳分泌が促される効果もあります。

修正
週数

32

赤ちゃんのようす

起きている時間がはっきりわかるようになってきます
泣いている姿を見ることが増えてきます

34

そろそろ保育器を卒業し、コットに出ることができます

ミルクの時間になると、泣いて起きることが、少しずつ増えてきます

おくちから少しずつミルクが飲めるようになります



37



40

赤ちゃんの成長には個人差があります
ゆっくりなこともあると思いますが、あせらず見守ってあげてください。

ご家族のかかわり

ベースン浴

赤ちゃんの状態にあわせて、週に1～2回、保育器の外でお風呂に入ることができます。

おむつ替え



抱っこ 沐浴

抱っこや沐浴ができるようになります。赤ちゃんにとって、抱っこした時の顔の距離が最も見えやすい距離といわれています。お風呂はママのおなかの中みたいで、大好きです。



母乳やミルク

母乳やミルクを飲めるようになります。
最初はまだ上手に飲めないで、無理せず赤ちゃんのペースで少しの量から始めます。



おうちに帰る準備を始めます。

育児に必要なものはそろっていますか？
おうちに帰ってからのことで心配なことがあれば、病院のスタッフに相談しましょう



保育器の中でモゾモゾと動いたりうつ伏せで踏ん張る姿をみて赤ちゃんの生きる力強さを感じました。
23w5d/338g/1歳2ヶ月

沢山自分を責めたけど我が子信じてあげることが1番だと1年経ってやっと気づくことができました。
27w3d/1167g/1歳2ヶ月

赤ちゃんのご家族の「初めて…」のきろく

赤ちゃんは、小さく生まれてもそれぞれのスピードで一歩ずつ確実に成長していきます。その中でたくさんの「初めて…」に出会います。初めての出来事やその時の気持ちなど記録しておきましょう。

初めて赤ちゃんに会った日 年 月 日

初めて赤ちゃんに触った日 年 月 日

初めて赤ちゃんの声を聞いた日 年 月 日

初めて赤ちゃんを抱っこした日 年 月 日

子どもの成長は無限大！一つ一つの成長と一緒に喜びましょう！おめでとうございます!!!
31w2d/960g/3歳

見つけた初めてをご自由に記録しておきましょう。

初めて母乳やミルクをあげた日、沐浴した日など

初めて 年 月 日

初めて 年 月 日

初めて 年 月 日

初めて 年 月 日

初めて 年 月 日

初めて抱っこをしたとき小さいながらも温かったのを今でも覚えています。それが今ではずっしり重くてめちゃくちゃ大きくなったな〜と日々感じています！ 24w3d/616g/3歳