

# おっぱい通信

第47号  
2015年9月  
大阪南医療センター  
母乳育児支援委員会

## 生後一か月の授乳の様子

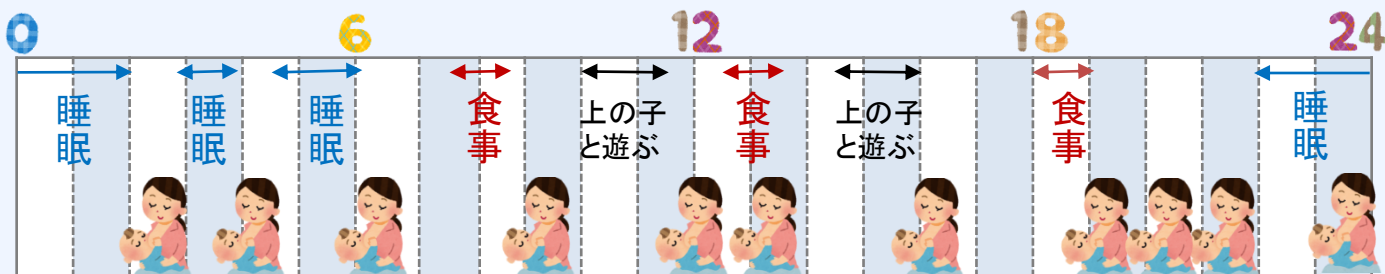


産後1か月のお母さんに授乳の様子を教えてくださいました！

Aちゃんママの授乳の様子  
(生後27日目) 2人目

授乳回数は1日に9~12回で日によって異なる  
今は実家で母に手伝ってもらい、昼に仮眠をとって  
疲れないようにしている  
飲んでも寝てくれない時間があるからおっぱいだけで  
足りているのか不安です

 :授乳



### ♥ 生後1か月くらいの赤ちゃんは・・・ ♥

- 授乳のペースは一定の間隔に決まっていない
- 飲んだ後に寝てくれないことが度々ある
- 授乳後にぐずることがよくある

⇒**急成長期**に赤ちゃんが頻繁に欲しがるため

**母乳が足りていない**のではと感じるお母さんも多いです

### 急成長期とは・・・

赤ちゃんが急に食欲が増す時期で  
生後3週間、6週間、3ヶ月頃におきやすい  
と言われています

おっぱいが張らなくなったり、おっぱいを頻繁に飲みたがり離さないなどがあっても  
以下のサインがあればおっぱいをよく飲んでいると考えてよいでしょう

授乳回数が多くてもおっぱいを**ごくごく音をたてながら**よく飲む  
おしっこが1日に**6回程度**、うんちが**3~8回程度**たっぷりできている  
**元気**があって肌のはりつやがある



### ♥ 少し大きくなった

生後2~3カ月の授乳をしているママの声 ♥

- 授乳のリズムがついてくる
- 昼寝をしてくれたり、夜も決まった時間に起きたりすることが多くなる
- 授乳のコツをつかめてきて少し楽になる

授乳の悩みや困った時には  
当センターのおっぱい外来へ  
ご連絡・ご相談下さい。  
TEL: 0721-53-5761

