



# 母児同室指導

公立豊岡病院

但馬こうのとり周産期医療センター



# 目次



授乳室



スケジュール



赤ちゃんのこと



母児同室について



母乳育児について



その他



# 授乳室

## ✿ 注意点

- ・マスクをして手を洗いましょう
- ・コットは授乳室の前の廊下か、新生児室に置いて入室してください
- ・おくるみは外して入りましょう
- ・授乳は部屋でも授乳室でもどちらでも大丈夫です
- ・困ったときはナースコールを押してください



## ✿ ミルクの取り扱いについて

- ・ミルクの哺乳日は必要量を冷蔵庫から取りましょう
- ・ミルクの保温は20mlにつき15分が目安です
- ・名札をつけて保温器に入れましょう
- ・2時間以上保温したミルクは破棄しましょう
- ・ミルクは腕の内側で人肌程度の温度か確認してから飲ませてください
- ・破棄ミルクや空き哺乳瓶はかごに片付けましょう
- ・赤ちゃんを抱っこしながら作業しないでください



授乳室の様子



# 入院中のスケジュール（経腔分娩の方）

	お産当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
食事	お産後2時間は水分のみで食事は控えましょう		夕食お祝い膳		月・水・金：育児指導 月・水・金：沐浴指導（希望者・午前中） 火・木・土：退院指導 週3回：調乳指導（業者担当）		
清潔		シャワー浴OK 会陰部の清潔を保ちましょう					
お母さん		体重測定		退院診察			
ケア	お乳のお手入れ方法説明 9時になったら体温を測定して下さい	産後はこまめにトイレに行きましょう		必要に応じて搾乳指導			
その他	頻回授乳8~12回	診断書、証明書の必要な方は総合受付で受け付けています		→ 経産婦：5日目11時退院 初産婦：6日目11時退院			
	母子同室開始	母子手帳記入		母子手帳記入			

	洗髪			沐浴
赤ちゃん	入院診察 先天性代謝異常検査のためミルク10ml補足	聴力検査 足型スタンプ（希望者）	先天性代謝異常検査	退院診察
検査				
薬		毎朝体重測定とお胸で黄疸の値をチェックします		
		K2シロップ内服		K2シロップ内服

# 入院中のスケジュール（帝王切開の方）



お母さん	食事	21時以降食事はできません	朝より全粥食	朝より産後食		夕食お祝い膳	
	清潔	シャワーOK	体を拭きます	許可あればシャワーOK	月・水・金：育児指導 月・水・金：沐浴指導（希望者・午前中） 火・木・土：退院指導 週3回　：調乳指導（業者担当）		
	処置	手術部位の切毛	点滴				
	検査	産科医師の診察 麻酔科医師の説明 胎児心音確認	心音確認	血液検査	血液検査 体重測定	血液検査 体重測定 退院診察	
	ケア		歩行開始 尿管抜去 お乳のお手入れ方法説明		9時になつたら体温を測定して下さい 必要に応じて搾乳指導		退院 7日目11時
	その他		頻回授乳8~12回				
				診断書、証明書の必要な方は総合受付で受け付けています			
				母子同室開始	母子手帳記入	母子手帳記入	

赤ちゃん	清潔	洗髪			沐浴	
		入院診察				
		先天性代謝異常検査のため ミルク10ml補足	聴力検査 足型スタンプ (希望者)		先天性 代謝異常 検査	
						退院診察
	毎朝体重測定とお胸で黄疸の値をチェックします					
		K2シロップ 内服		K2シロップ 内服		

# 赤ちゃんのこと

## 体温

- ・正常範囲：36.5～37.5℃
- ・朝晩2回測定を行います（7時・15時）
- ・脇の下で測定
- ・環境によって変動を受けやすいです



## 排泄

- ・排尿：1日6～8回
- ・排便：母乳栄養児は頻繁
- ・色や性状の変化に注意  
オレンジ色の尿が出ることがあります
- ・女の子はおりものや新生児月経が出ることがあります



## 皮膚

- ・赤ちゃんの肌はデリケートなので保湿を行いましょう
- ・赤ちゃんの爪切りはスタッフが行います



## 胃

- ・胃の形がまっすぐなので授乳後に吐きやすいです
- ・しっかりとげっぷをしましょう

## 生理的体重減少

- ・産まれたばかりの赤ちゃんは母乳やミルクの飲む量も少なく、生後3～5日目まで一時的に体重が減りますが、退院するころには増加します

## 生理的黄疸

- ・血液中の赤血球、血色素が壊され、肝臓の働きが未熟なためビリルビンという物質が増えます
- ・これが皮膚を黄色くし黄疸と呼ばれます
- ・毎日黄疸の値を確認し、高ければ適宜採血を行って、必要時光線療法を行います

# M 母児同室について

## ◆ メリット

赤ちゃんが安心する

赤ちゃんとの絆が深まる

退院後の生活を  
イメージしやすくなる

お母さんからの免疫が  
赤ちゃんを守る

母乳育児がスムーズ  
に行える

産後の子宮の戻りが  
促進される



## ◆ 衣類・おむつについて

- ・赤ちゃんの肌着は毎朝スタッフが交換します
- ・肌着やバスタオルが汚れた場合は各自で交換し、新生室の  
ランドリーBOXへ入れてください  
(肌着はコットの下にあります)
- ・おむつは1袋お渡しします。余りはお持ち帰りください  
不足したときはスタッフお声がけください
- ・汚れたおむつは専用の袋に入れてトイレの汚物入れに捨てましょう

## ◆ 事故防止について

- 1.赤ちゃんを一人にしない
- 2.移動はベッドでする
- 3.衣服や掛け物で体温調節をする
- 4.窓の近くに赤ちゃんを寝かせない
- 5.ベッドの中に物を入れない
- 6.コットにはロックをかける
- 7.赤ちゃんに触れる前に手洗いか消毒をする
- 8.お部屋の明るさは昼と夜でメリハリをつけましょう！
- 9.添い寝はカバーのついたベッド柵側に赤ちゃんを寝かせる  
※お母さんが一緒にいるときのみOK
- 10.災害時にはレスキューママを使用します



# 母乳育児について

豊岡病院は母乳育児を支援しています

## 母乳育児のメリット

病気や  
アレルギー  
から守る

母子の絆  
が深まる

脳や顎が  
発達する

手間が  
からない

子宮の戻り  
を助ける

消化管が  
丈夫に育つ

- お母さんが自信を持って母乳育児を続けることができるよう妊娠期から退院後までサポートします

## 母乳育児のポイント

- 赤ちゃんが泣く前に授乳する
- 産褥早期（生まれてすぐ）から8～10回/日以上の授乳を心がける
- 4時間以上間隔があかないように、寝ていたら起こして授乳する
- 赤ちゃんが起きない場合は、30分後にもう一度起こす
- それでも起きなければスタッフに伝える

## 母乳を欲しがるサイン

- おっぱいを吸うように口を動かす
- おっぱいを吸うような音をたてる
- 手を口に持って行く
- 目を素早く動かす
- 「くー」「はー」というような柔らかい音をたてる
- むずがる
- 目を素早く動かす



## ✿抱き方のポイント

- ・赤ちゃんとお母さんが密着し、対面していること
- ・赤ちゃんの頭と体が一直線でねじれていないこと
- ・赤ちゃんの口と乳首が向かい合い、同じ高さにあること
- ・赤ちゃんの下あごがおっぱいから離れて、自由に動かせること



横抱き



交差抱き



脇抱き

フットボール抱き



縦抱き



添い乳

お母さんが楽な姿勢で授乳しましょう  
おっぱいの形や乳首の形によって吸わせやすい姿勢があります  
助産師に聞いてみましょう

## ✿正しい乳首の吸わせ方

- ・乳輪部まで赤ちゃんの口に含ませる
- ・赤ちゃんの舌の上に乳首がのっている
- ・赤ちゃんの唇が花びらのような形になっている
- ・赤ちゃんがおっぱいを吸っても痛くない
- ・赤ちゃんがおっぱいを吸って離した後も乳首が変形していない



浅くなっている  
→乳首が切れてしまう



乳輪部まで深く咥えることが  
できている→赤ちゃんも飲みやすい！

# ❖おっぱいマッサージ

赤ちゃんにおっぱいをあげる前に行いましょう

## 授乳の流れ

1. 授乳の時には爪を短く切り、手洗いをしましょう

2. お母さんが行う乳房開通法（乳管開通ステップ5）を行います  
授乳前に必ず行いましょう



- ①乳輪部に親指と人差し指を置き、えくぼを作る様にして圧迫し乳頭までひっぱりましょう。  
指の向きを変えて、縦・横・右斜め・左斜め各10回行いましょう
  - ②乳輪部を鍋ぶたを持つようにつまみ、時計回りに3回（左右）回しましょう
  - ③手のひらの親指側を乳房の基底部にあて、中央に3回（5秒数える）寄せましょう
  - ④手のひらを上に向けて両手を乳房の下側にあて、乳房を下から上へ3回スライドさせましょう
  - ⑤3本（親指、人差し指、中指）で乳輪部を柔らかくします
- 3.準備ができました。  
おっぱいを吸わせましょう。  
(詳しくは「授乳姿勢と赤ちゃんの抱き方」を参考にして下さい)

## その他

### 朝の流れについて

- ・7時に新生児室に赤ちゃんを連れてくる  
→体重測定た黄疸のチェックをします

### 授乳盤について

- ・24時間軸で赤ちゃんに何を実施したか記録する
- ・コットに置いて保管する
- ・記載方法は本体のラミネートを見本にする

### 写真用フレームについて

#### 【利用人数】

- ・1日2人まで

#### 【利用時間】

- ・13:30~15:00

#### 【利用手順】

- ①利用を希望する日の朝9時以降に予約する  
※予約は先着順です。
- ②利用時間になったらフレームを冊子から選び、カゴに入れる
- ③フレームを自分の部屋を持っていったら写真撮影開始！
- ④利用後はカゴにフレームを入れて新生児でスタッフに返却する

#### 【注意事項】

- ・赤ちゃんから目を離さない
- ・ベットを平坦にして写真撮影をする
- ・フレームは赤ちゃんに直接触れないよう注意してください
- ・紛失しない

