

母乳の終わり方について

「断乳」ということについて…

「断乳をしたのですが、お乳がはって痛いので搾ってください。」
という電話を下さる方が時折いらっしゃいますので、「断乳」ということについての、私の考えをお話いたします。

1. 「突然の授乳の中止」は基本的におすすめしません。

そもそも「断乳」というものも母親が自分の解釈に従って「突然の授乳の中止」をすることではありません。

理由① 子どもが自分の意思でやめる日を待つ「卒乳」をおすすめしています。

理由② 「断乳」という言葉はよく使われていますが、人によって思い込みが全く違っており、それぞれの人たちが、それぞれの解釈で、行おうとすることが多いです。そして、その途中で「搾ってください」と私たちに声がかかり、対処に苦慮します。また、苦痛があつてからのお話の場合は、私たちの「なるべく搾らないほうがいいですよ」の返事にたいしても、「こんなに痛いのに」と、不満をいadak結果になる方もでてしまいます。

理由③ 「断乳」はもちろん「突然の授乳の中止」は、「適当」にやれるものではありません。おっぱいが張る・熱をもつ・乳腺炎になるかもしれない危険をはらみます。子どもの脱水にも注意が必要です。子どもが幾晩も幾晩も泣き続けることもありますので、抱きしめてあげられる日々であることも必要です。正しくは「断乳」とは、「断乳」というお世話ができる専門の者との間で「いつ断乳するか」から始まって「断乳の準備」「断乳のやり方」「断乳中の注意」「断乳後の始末」・・・と、2か月にもわたる時期にわたって、相談したり処置を受けたりを続け、子どもの様子も見ながら行うやり方のことです。

2. おすすめは…。

もし「卒乳」でないとしても、「突然の授乳の中止」ではないやり方をおすすめしています。

段階1：まず授乳回数を少しづつ何週間かけて減らしてゆき、1日3回以下まで減らす。

段階2：1日3回以下が安定して数週間たったら、1日飲まない日もあるようにしてみる。また飲む日もあつてもいい。ゆっくりゆっくり進めていく。

段階3：1日1回あつたり、1日0回だつたりまでゆけば、あとは何日か吸わない日が続けば、お乳は湧かなくなります。

おすすめする理由① おっぱいが張らなくてやめられるので、身体に無理がかからない。

② 突然やめられる時の子どものショックが、いくらかでも和らげられる。

③ お母さん本人の段取りで行える。

3. どうしても急な場合は、ご相談ください。

どうしても「突然の授乳の中止」を行わなければならないときは、自分で「断乳」する前に、必ずご相談下さい。お世話いたします。