

## 母乳育児支援のための 最新情報を収めた1冊

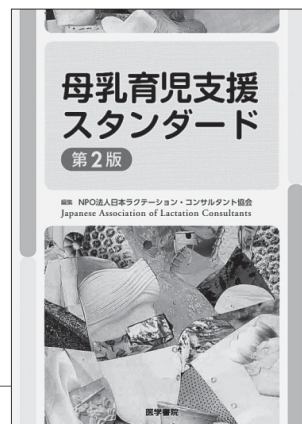
評者◎富山紀子

東京大学大学院医学系研究科健康科学・看護学専攻家族看護学分野

### 母乳育児支援スタンダード 第2版

編集 NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

本体 4400 円 + 税 / 医学書院 (Tel : 03-3817-5657)



“知りたいことを教えてくれる”本である。この1冊で母乳とその育児支援について、医学的な側面から社会的な側面まで、具体的で包括的に学ぶことができる。また、執筆者30名は、医師、助産師、カウンセラー等で、全員が国際認定ラクテーション・コンサルタントの資格を有している。

2005年に実施された厚生労働省の調査において、産後早期の母親の多くが母乳に関する悩みを抱えていることが報告され、2007年には厚生労働省において「授乳・離乳の支援ガイド」がとりまとめられた。本ガイドの中で、妊娠中から出産後までの授乳の支援に関する基本的な考え方が示され、授乳の支援には、医師、助産師、保健師をはじめ、さまざまな関係者が支援に携わり、共通の基本的な考え方を共有する必要があることが示されている。一方、現場では母乳育児支援についてさまざまな考え方が交錯しており、戸惑うこともあるのではないだろうか。本書では、科学的根拠をもとに、わかりやすく支援方法が説明されており、学ぶべきことが多い。

母乳育児の利点を理解していても、母乳育児で悩み、苦しんでいる母親を見てきた保健師の中には、母乳育児に対してネガティブな印象をもっている方がいるかもしれない。また、自分自身の母乳育児の経験があるから本を読む必要はない、あるいは、母乳育児は他職種に任せておけばよいと考えている方もいるかもしれない。しかし私たち保健師は、先入観や偏見なく、母児に対して適切なアセスメントを行い、必要な支援を提供する必要がある。そのためには、最新の知識と技術を身につけて、母子に関わる必要があろう。

できれば、本書全体を読み通して、知識をアップデートすることが望まれるが、とくに妊娠中から産後まで地域で支援を行う保健師には、妊娠期、入院中、退院後の時期に分けた母乳育児支援が述べられている第5～7章、精神疾患をもつ母親、母乳だけで育てなかった女性や災害時の支援などについても学べる第10章、そして、地域での支援や補完食(離乳食)、卒乳等について記載されている第11章を、ぜひ読んでいただきたい。その他、医学的な解説の部分については、必要に応じて専門機関に紹介できるように、読んで知識を得ることをお勧めしたい。

母親たちは、出産施設を退院した後から1か月健診までの間、とくに不安が強い。一方、産後の痛みや疲労、夜間授乳による睡眠不足、新生児を連れての外出の難しさから、母親が外来や市町村の窓口を訪れるのは困難である。そこで、家庭訪問による支援がとても有効となる。しかし、心身の状態が不安定で、自分の行っている育児に自信のない母親は、訪問者の言動に対して不安を感じる人が多い。

本書では、産後で精神的に不安定な母親とのコミュニケーション方法と支援方法について、事例や詳しい説明を通して学ぶことができる。また、授乳姿勢や吸てつ方法は図を用いて詳細に示されている。産後の家庭訪問の方法は自治体によって違い、保健師以外に助産師に委託している場合もあるだろう。その場合も、訪問者に任せきりにせず、保健師自身と訪問助産師、そして周囲の産科施設等や関係者の支援が適切であるかを確認しながら、本書を読んでいただきたい。皆さんが自信をもって母子の支援を行うために、本書が役に立つことを期待している。