

施設・地域における母乳育児支援の課題と方法に関する研究

服部律子 谷口通英 堀内寛子 布原佳奈 名和文香 荒尾美波 大法啓子（大学） 高田恵美
高田恭宏（高田医院） 竹下妙枝 西川良樹（西川レディースクリニック）

I. はじめに

母乳育児推進は全国的な課題であり、岐阜県も母乳育児を支援するための看護ケアが各施設や地域で行われている。平成15年には「岐阜母乳の会」が発足し、母乳育児を推進する全県的な高まりがみられている。しかし、母乳育児の現状は、ここ20年ほど生後3ヶ月での母乳率は40%前後であり、効果的な改善には至っていない。昨年度本学の共同研究では、岐阜県の母乳育児支援について施設の看護職を対象に、実態調査を行ない、課題を明らかにした。今年度は、さらに母乳育児を広めるために、県内の母乳育児を熱心に勧めている施設の利用者を中心に、利用者（母親）からみたケアの評価について調査をし、母乳育児推進について必要な支援の一端を明らかにすることを目的とした。

II. 調査の対象と方法

調査対象は、岐阜県内で「あかちゃんにやさしい病院」に認定されている産科診療所2件で出産した母親である。出産後1年になる母親201名に調査表を郵送した。調査の依頼には、無記名の返答であり、個人のデータとしては処理されないことを明記し、施設内の個人情報の管理に基づいて施設から郵送してもらい、同意の承諾は返答に替えた。

調査項目は、「妊娠中から母乳で育てたいと思った理由」は選択式で1（全くそう思わない）～4（とてもそう思う）のいずれかを選んでもらった。「母乳をすすめていることを知って選んだか」「妊娠中の母乳育児に関する情報源」（選択式）「妊娠中の病院での母乳育児の支援で役に立ったこと、役に立たなかったこと」（自由記載）「妊娠中の家族や周囲の人の母乳育児への支援や助言」（自由記載）「お産で入院中の母乳育児の支援でよかったこと、よくなかったこと」（自由記載）「退院後に母乳育児で困ったこと」（自由記載）については、時期と内容、受けた支援について聞いてもらった。「地域や家族からの支援」「母乳で育ててよかったと思うこと」などである。

調査期間は平成17年9月～12月であった。

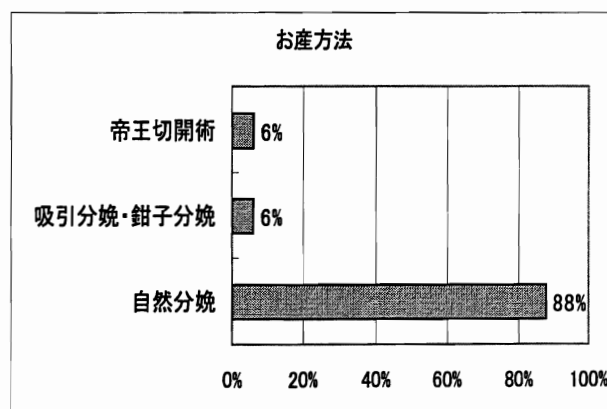
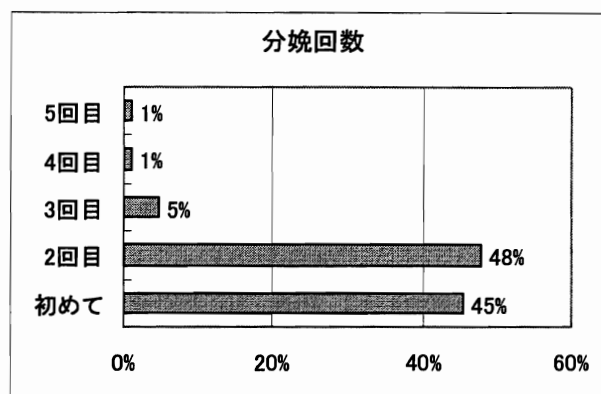
取り組みの協働体制については、両施設とも院長の積極的な参加もあり、助産師・看護師の間で、

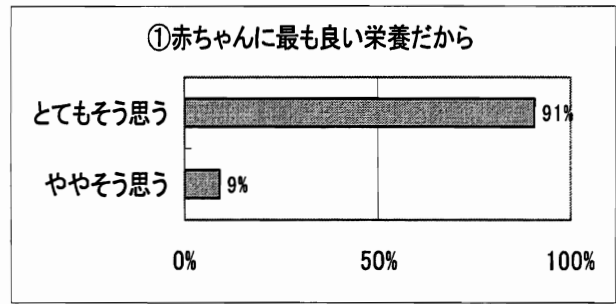
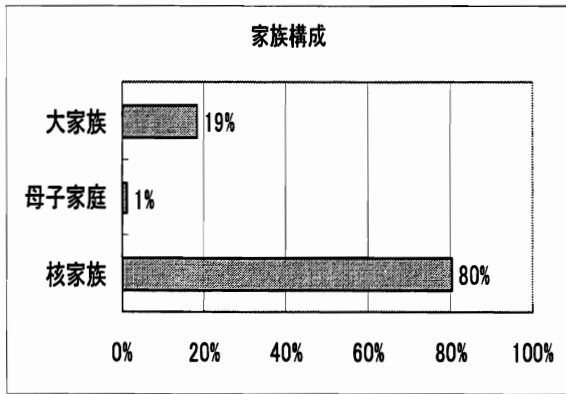
カンファレンスを開き、調査内容の検討を行った。また現地の看護職は調査の対象となった、母親に対して、1年後の追跡調査としての場の設定について、説明をし、調査のためだけでなく、交流の場となるように配慮し、大学教員とともに調査にあたった。

III. 調査結果

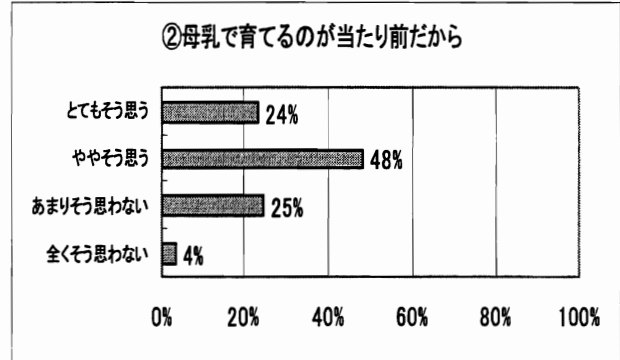
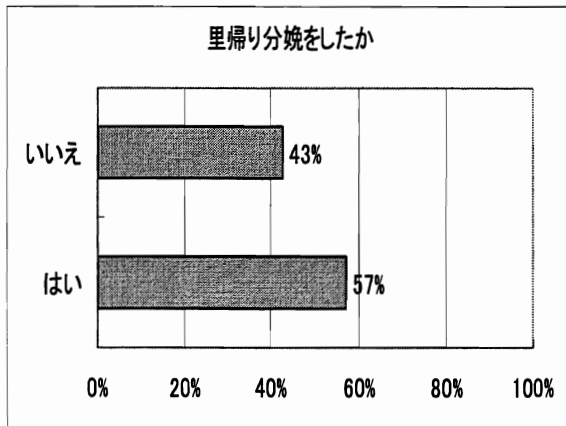
1 対象の概要

回答は86であった。回答者の平均年齢は30.5歳、平均在胎週数は39.3週、平均出生体重は3074gであった。初産婦は39(45.3%)、自然分娩が74(86%)であった。核家族は68(80%)であった。





母乳で育てるのが当たり前だからについては、「ややそう思う」が一番多く48%であった。

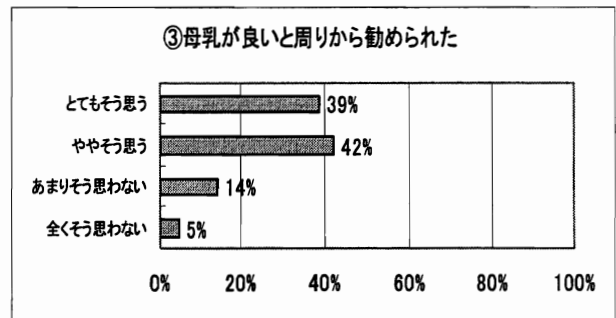


母乳がよいと周りから勧められたのは「やや」が42%であった。

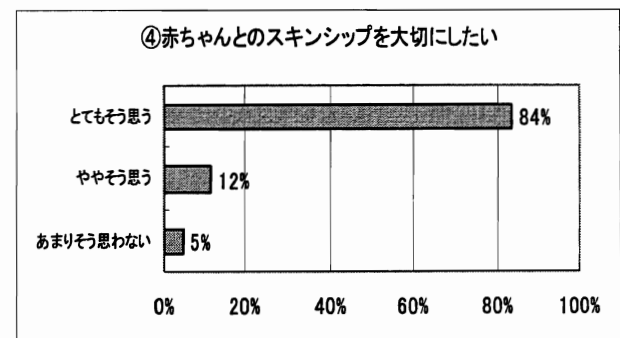
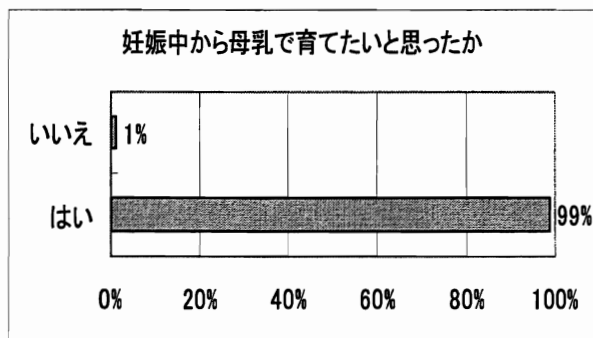
2 妊娠中の母乳育児の意識

妊娠中から母乳で育てたいと思っていた母親は、85(99%)であった。母乳で育てたい理由は「赤ちゃんにもっとも良い栄養だから」や「赤ちゃんとのスキンシップを大事にしたい」という母親が多かった。

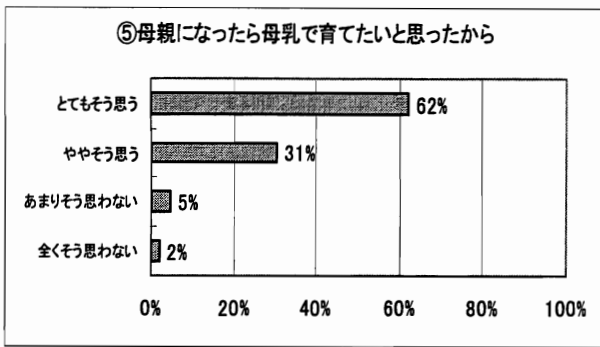
妊娠中から母乳で育てたいと思ったか、については99%の母親が母乳で育てたいと思っていた。



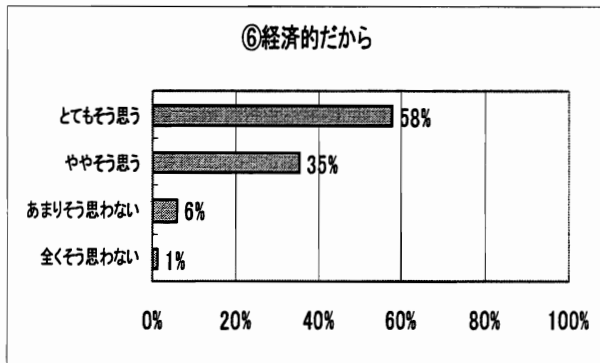
赤ちゃんとのスキンシップを大切にしたいでは、「とてもそう思う」が84%であった。



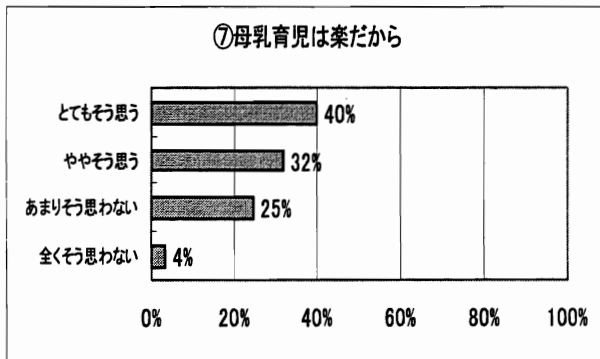
母乳に関する認識については、以下の図にあるように、「赤ちゃんにもっとも良い栄養だから」にとてもそう思うと答えた母親は91%であった。



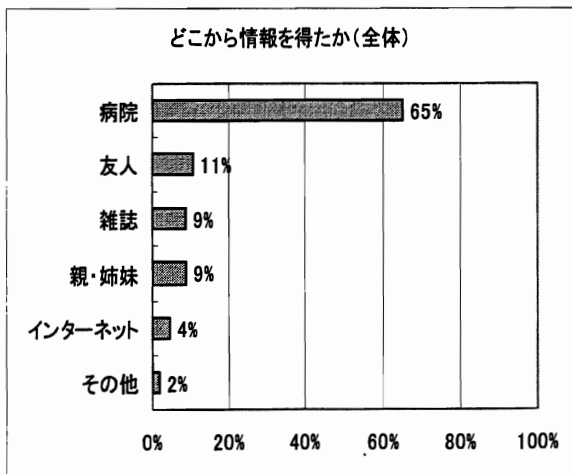
母乳は経済的だから、「とても思う」が58%であった。



母乳育児は楽だからという問いには「とても思う」が40%であった。



どこから情報を得たかという問いには65%が病院と答えていた。



3 妊娠中の支援で役に立ったこと

自由記載は文章の内容にそって分類した。その結果最も多かったのは、「母乳に関する知識」であった。具体的な内容として、「母乳の大切さを(栄養面、親子の絆)教えてもらった」「母乳で育てるのは良いことと知っていても、具体的なことは知らなかった」「母乳に対しての考え方やよさを教えてもらった」「母乳は出なければそれでいいと思っていたが、母乳のメリットなどを教えてもらい、母乳で育てたくなった」「母乳育児の資料や本をもらい、自信がついた」などがあげられた。また同程度に多かったのは、「おっぱいマッサージや乳首の手入れ」であった。具体的には「マッサージの方法を教えてもらった」「妊娠中に乳首をみてもらい、マッサージを勧められて出るようになったと思う」「乳首の手入れを教えてもらったので、切れなくていいです」などであった。また母親学級やヨガ教室などの集団指導がよかったという回答も多かった。「マタニティービクスをしていたので、出産が楽に済み、母乳分泌に役に立った」「ヨガで呼吸法を教わり、からだが柔らかくなりよかった」「母親教室ではいろいろなことを教わり役に立った」などの回答があった。「母乳に関する話を聞いてもらえた」という中には、「母乳に対しては、欲しがるときに好きなだけ、何度でもいくつになってもあげてよい、の一言で安心することができた」「生まれてすぐの赤ちゃんがおっぱいめがけて吸い付いていく姿を見て感動、母乳で育てたいと思った」「母乳が出なくてもあきらめずに指導し励ましてくれた」「上の子が妊娠中もおっぱいを吸っていて、大丈夫ですよと言われたこと」「母乳がでるかどうか心配だったけど、看護師さんに絶対でるよ、と言われて自信がでた」「いつでもわからないときに話を聞いてもらえた」などがあげられた。またパパママ教室では「父親としての意識が高まった」という回答も見られた。

表1. 妊娠中の病院での支援で役に立ったこと

母乳に関する知識	23
おっぱいマッサージ	22
母親教室	21
乳首の手入れ方法	9
母乳に関する話を聞いてもらえた	5
本、冊子による情報提供	5
パパママ教室	4
マタニティービクス	3
ヨガ教室	3

4 妊娠中の家族や周囲の支援・助言

特になかった、という回答がもっとも多かった。母乳育児への理解や勧めてくれたことが次に多かった。

表2. 妊娠中の家族や周囲の支援・助言

なかった	31
母乳育児を理解・勧めてくれた	14
食事について	7
赤ちゃんのためにいい(栄養面・精神面)	6
経済的に良い	4
丈夫になる	2
友人・知人からのアドバイス	2
家事の手伝い	1
上の子の世話	1
母乳の方が楽	1
母乳の子はいいにおいがする	1

5 入院中の看護師・助産師の支援

よかったこととしては「そばについて授乳方法の指導をしてくれた」が最も多かった。記述例では、「毎回授乳のたびに手伝ってくれた」「いろいろな授乳のスタイルを教えてくれた」「夜中でも何回も授乳のときに来てくれた」「飲ませやすい方法を教えてくれた」などであった。次に「励ましてくれた、自信をもたせてくれた」という内容が多かった。具体的には「母乳の出が悪くても、ささいな事でもほめてくれたり、励ましてくれたこと」「おっぱいの吸わせ方がわからず、不安でしたが、熱心に教えてくれたこと」「いろいろな助言をくれて、安心できたこと」「初めてでしたが、優しい言葉をかけていただき、安心できた」などであった。

表3. 入院中の助産師・看護師の支援でよかったこと

そばについて授乳方法の指導をしてくれた	44
励ましてくれた、自信をもたせてくれた	23
母乳育児などの相談にのってくれた	16
夜中でも来てくれた	13
痛みを分かってくれた	13
おっぱいマッサージ	7
リラックスさせてくれた	7
乳首の手入れ	2
母子同室	1
ミルクを与えないでくれた事	1

よくなかったことは、全23件と非常に少なかったが、そのなかでも多かったのは「指導の内容が人によって違う」というものであった。

6 退院後の母乳育児

退院後に母乳育児で困ったことがある母親は80%であった。困った時期は0~1ヶ月が最も多いが、12ヶ月までほぼ同程度に困ったことを体験していた。困った事の内容は0~1ヶ月では「体重が増えない」「母乳が出ない」など母乳不足に関連するものが多かった。また「乳腺炎」「乳頭の亀裂」など乳房トラブルも多くみられた。ほとんどが病院に相談または外来受診し、適切な助言や手当てを受け解決していた。それ以降の月齢でも母乳不足と乳房トラブルは多かったが、1~3ヶ月になると母親の疲労、3ヶ月以降では母乳と薬の問題、離乳食の問題、夜泣きの問題などがあつた(表4~7)。

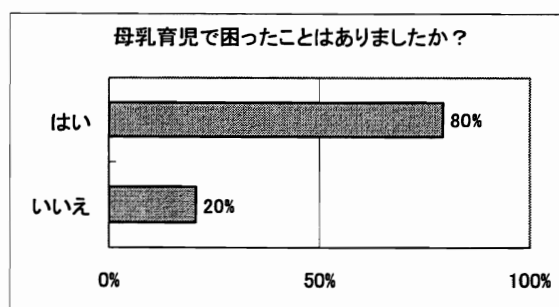


表4. 0~1ヶ月で困ったこと

困ったこと	受けた指導など
体重が増えない	マッサージをうけて出るようになった 母乳量の測定、児の体重の測定 何回も母乳をあげたら、母乳がよく出るようになった 授乳指導に通った
上手に飲めない・うまく吸えない	看護師に教えてもらった 保護器を使い少しずつ飲めるようになった
乳腺炎・うづ乳	電話で対応してもらった マッサージを受けた 入院中の助言を思い出し、自分で乗り切った
乳頭の亀裂	授乳の姿勢について助言もらった 薬を塗るなど対処方法を教えてもらった
母乳ばかり欲しがる	チョコチョコ飲みも普通だと聞き安心した 特になにもせず、母乳をあげた
ミルクとの混合で困った	ミルクを足すように指導があつたが、慣れずに困った。
上の子のことで忙しい	マッサージをしてもらい、もう一度母乳のあげかたについて教えてもらった

表5. 1～3ヶ月で困ったこと

困ったこと	受けた指導など
体重が増えない	体重のチェック 飲ませ方の指導を受けた 児の飲み方もみてもらって、リズムがあるからといわれ安心 マッサージを受けた
乳腺炎・しこり	マッサージを受けた 詰まった部分を取り除いてくれた
母乳が足りているか	保健師や病院に相談、大丈夫と言われる
母親の疲労・睡眠不足	実家の母に手伝ってもらった 周囲の人に甘えた
授乳間隔があかない	そのまま母乳をあげた 友人に相談した
飲みすぎで体重が増えた	泣いてもしっかり飲んだ後なら、抱っこなどで寝るまで少し我慢

表6. 3～6ヶ月で困ったこと

困ったこと	受けた指導など
母乳の出が悪くなった	マッサージを受けた 母乳量の測定で相談にのってもらった
乳腺がつまった	マッサージを受けた
母親が薬を飲めなかった 薬を飲むと母乳があげられなかった	薬のことを病院に聞いて安心した
離乳食を食べない。 離乳食に早くきり替えたほうが良いと言われた	特に相談しなかった 病院に相談して、焦らないようにいわれ、そのようにした
外出ができない	外出を控えた

表7. 7～12ヶ月で困ったこと

困ったこと	受けた指導など
夜泣き 夜の授乳	母乳の子は夜中に何度もおきると聞いて安心した 起きて母乳を飲んだらすぐ寝るといわれ安心
乳頭の亀裂 乳首を噛むことによる傷	薬をもらった、病院に相談した 周りの人に相談しミルクにした とくに何もしなかった
母乳を飲まなくなった	自分の判断でミルクに切り替え
母親が薬を飲めなかった	薬を飲んでいる間はあげなかった。自力で直した
体重が増えない	相談するところがなかった

7 母乳で育ててよかったこと

自由記載に書かれた内容について、表8にまとめた。

表8. 母乳で育ててよかったこと

スキンシップがとれる	29
いつでもどこでも飲ませられる、すぐあげられる	29
母親として愛情が大きい	28
経済的	25
健康、丈夫	24
母親の特権	16
荷物が少なくてよい	10
精神的、体力的に楽	9
赤ちゃんの体調がよくわかる	5
体重が減った、体形の戻りがよい	3
子どもの成長を感じることができる	3
栄養面でもよいと思う	1
育児ストレスにならない	1
子どもが安心する	1
食べ物の好き嫌いが少ない	1
寝かしつけ楽	1
ぐずった時にあげるとすぐ泣き止む	1
アトピーが軽い	1
体調を崩したとき、おっぱいなら飲む(水分が摂れる)	1
自己満足感がある	1

多かった記述は、「スキンシップがとれる」という内容であった。具体的には「子どもとのスキンシップがたくさんとれた」「スキンシップができてきた気がした」「親子のスキンシップがはかれた。寝かしつけるのに楽」「母子のスキンシップがとれる」であった。また同程度に多かったものは「いつでもどこでも飲ませられる、すぐあげられる」という内容であった。具体的には「泣いたらすぐあげられる」「ぐずったとき、すぐ飲ませられる」「夜中でもミルクを作ることなく、すぐあげられる」などであった。また「母親として愛情が大きい」ということでは、「母親としておっぱいをあげているときは至福の時。産んでよかった、生まれてきてありがとうという気持ちになる」「お乳を吸っているところを見ると、子どもがもっとかわいく感じる」「愛されている実感、必要とされている実感があり、癒される」「起きて寝られなくてもやっぱりかわいいので続ける」「おねだりしてくるのでかわいくてしょうがない」「おっぱいと聞くと、嬉しそうによってくるのがかわいい」というものであった。

8 本研究による看護実践の改善

本研究がまとまったのが、1月であり、それから、各医院で結果について話し合いがもたれた。各施設での課題を明らかにしているところである。施設からは、『10ヶ条にもとづく母乳育児支援は、アンケートにも「厳しくて、逃げ出したい・・・」と書かれた方もありましたが、とくに産後3日間はお母様にとってとてもきつい期間だと思っている。私たちが、どれだけお母様や赤ちゃんに寄り添いサポートできるかがとても重要で、‘エモーショナルサポート’を当院でもモットーとしている。10カ条が正しいからと、すべてのお母様方に同じようにそのやり方を当てはめていくと、つらくて泣けてしまうお母様が出てくると思うので、お母様や赤ちゃん、ご家族の皆さん、一人一人にあわせ柔軟に対応していくことが必要だと感じている』という意見があった。また母乳育児でも、出にくい人や新生児搬送などで直接母乳を飲ませることができない人へのサポートにより力をいれていきたい、ということであり、今後の課題について話し合われている。

さらにこの結果は、岐阜母乳の会で発表し、県内の母乳育児支援に役立てることを目的としている。来年度当初に、発表の機会をもち、県内看護職の方々と意見交換をしたい。また同時に、母乳育児支援のための研修会について計画していき、本研究の成果を、現場の看護実践の改善につなげる予定をしている。

IV. 共同研究報告と討論の会での討議内容

討論では、母乳育児支援を病院として行なっていきたいが、それについて、病棟としての準備について話し合われた。助産師だけでなく看護師も多いこと、専門的な知識がないがどうすればよいか、指導の統一を図るためには、どうすればよいか、などであった。たとえば、黄疸の時の対応や、乳房の緊満時の対応など具体的に困っていることについて、質問があった。共同研究者である助産師は、国際ラクテーションコンサルタントの資格をもち、母乳育児支援の専門家であり、具体的な助言があった。「赤ちゃんにやさしい病院」に認定されると、病院として、メリットがあるか、という討議があった。乳業会社との関係がなくなり、病院として、直接的な利益にはつながるものではないが、出産の場で家族がよい体験ができることは、将来的に病院全体の信頼を増すのではないかと、という意見があった。

また地域の保健師からは、母乳育児を支援した

いが、保健師は各自、かつて学んだ、一般論にしたがって指導することが多い、それは、現在薦められている方法とは違っていると思うが、自信がないので、従来どおりの指導しかできない。という意見があった。共同研究者の方から、WHOで推奨されている母乳育児支援の内容について説明があり、エビデンスに基づいた支援を行なうことの重要性が話された。また保健師から、新生児訪問時の対応について、乳房トラブルや体重増加不良について質問があった。母乳育児の支援ではエモーショナルサポートの重要性が指摘され、母親に一番求められているのが、励ましてもらうこと、自信をつけてもらうこと、一緒に考えてくれることなど、支援の基本的な内容について、話し合われた。母乳育児について、それぞれの立場でできる支援について、考えていくことが重要であることが、参加者には納得できた。

今後、地域や病院など幅広い範囲で、母乳育児支援に関わる専門職にとって、研修や勉強会などの企画が求められている。