

1999 年 母乳マッサージ導入

マミちゃんが福島の助産婦さんから実践的な母乳マッサージを教わった。
その4年後に、専用の治療室を備えた治療院を新築し、正式にメニューに加えた。
治療室から出てくる患者さんが「良くなった」と笑顔なので、
どんなことをしてるのか聞いてみた。

「ねえ、乳腺炎ってどうやって治すの？」

「おいしいものを食べると母乳の脂肪分が増えて、細い乳管が詰まるのね。
すぐに飲んでもらえないと、乳腺に母乳がたまって炎症を起こすの」

「吸ったら出ないの？」

「まずいと赤ちゃんが飲んでくれない。だから温めたタオルで乳頭をほぐして、
脂肪を溶かしてから絞る。仕上げに赤ちゃんに吸ってもらうのが一番」

「授乳中は粗食がいいってこと」？

「そうね。ケーキとか食べたら、早めに搾乳するか、赤ちゃんに飲んでもらうのがコツ」

「飲ませ方にもコツがあるの？」

「いつも同じ抱き方だと、吸われない乳腺が乳腺炎になるので、
いろんな抱き方を教えてあげるのよ」

「乳首が痛いって聞くけど…」

「赤ちゃんの吸う力って強いから、乳首の皮がむけるとものすごく痛いよ」

「どうするの？」

「搾乳して哺乳瓶で飲ませて、乳首が治るのを待つ。代謝がいいから回復も早いわよ」

「赤ちゃんが離れないんだよね」

「授乳中、乳首は赤ちゃんの喉まで伸びて、しかも真空状態。
だから口の横から指で空気を入れて離すのね。それを知らないと、乳首を傷めるわね」

「母乳が出ないときは？」

「乳房をゆすって胸壁からはがすように動かすと、根元の血流が良くなるから、
あとは吸われることで、だんだん出るようになるのよ」
「ただ、出てる量が見えなくて不安になる人が多いわね」

「どうやって確認するの？」

「絞って見せれば、一目瞭然よ。子どもの月齢と体重、

授乳回数とミルクの飲み具合を聞けば、足りてるかどうか判断できるわ」

「すごいね。母乳マッサージには、いろんな知識と技術が詰まってるんだね」

「母乳育児は母子ともに良いことづくめで、おすすめよ。自然な営みなので、一人ひとりに合わせて、しなやかなサポートが大事ね。

私の経験も活かせるので楽しいわよ」

「ところで授乳してるときってどんな気分？」

「餌になった気分ね」