

産褥期の助産診断・技術学

2026年7月7日
高橋



本日の授業内容



本日はこちら

産褥期の助産ケア

- ①母乳育児支援
- ②事例の産褥3日目の助産ケアを考えよう



母乳育児支援



産褥入院中の母乳育児支援

- ・入院期間の短縮に伴い授乳支援ができる期間も短縮
- ・ハイリスク産婦の増加に比例し産後の頻回直接授乳が困難なケースの増加



母乳育児が確立できない、
もしくは不十分のまま退院



母親が**自己効力感**をもって
母乳育児を行うための支援
を考えよう

出産直後の早期母子接触

早期母子接触とは

出生直後から母親と健康な裸の新生児のそれぞれが、ゆったりと遮られることなく自由に肌と肌をを触れ合わせ、児が母親の胸に抱かれていること



母親の児に対する愛着行動の増加母親としての自信を高める効果



母子の安全が最優先

(母乳育児支援スタンダードp143表12-2)

適応基準をチェック!

母乳育児支援



意思決定支援の必要性

・母親の母乳に対する思いや言葉を聴き、共感的理解に努める。
助産師の価値観で母親をみない。



助産師の態度、話の聞き方
カウンセリングスキル
母親を尊重する雰囲気

情報を理解した上での選択か？
本心からの選択か？

適切な情報を得たうえで、母親が主体となっ
てわが子の栄養方法を決める
(情報に基づく意思決定)

➡どのような栄養方法を選ぶにしても、親が納得
して決められるよう支援することが重要
＊それぞれの**母子の個別性**に配慮する

カウンセリングスキル

例) 「赤ちゃん、**よく**おっぱいを飲
んでいますか？」

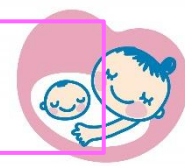


評価的な言葉を使った質問は控える

Q) ミルクを足した理由を聞きたい
とき、どのようにたずねますか？



授乳の観察と評価のポイント



母親の行動

姿勢・児の抱き方と位置
児の体の支え方
乳房の支え方
吸着させる際の方法

児の行動

哺乳の意欲
吸着児の口の開く様子
下顎が乳房への密着度
吸てつ/嚥下のパターン
効果的な吸てつが確認できる

乳房と乳頭の状態

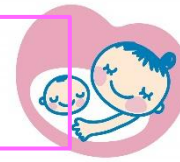
痛みと乳頭損傷
緊満の程度や発赤の有無
授乳後乳房は柔らかくなる

母乳育児への態度と意欲

児の欲求に応じた授乳
眠りがちな児の起こし方
母乳育児への意欲や自信
サポートの方法の確認

D-MER
(スタンダードp496)

乳管開通法・乳頭マッサージ



乳管開通法の目的

→ 児が吸いやすい乳頭・乳輪にする

【方法】

＊乳頭・乳房をよく観察する

- 1) 乳房の形態
- 2) 乳輪の大きさ
- 3) 乳頭の形（普通・扁平・陥没）
- 4) 乳頭・乳輪部の硬さ

【開始時期】

- ・ 妊娠末期・分娩期・産褥期
- ・ 妊娠37週頃
(いつ分娩になっても良い条件が揃ったら)

乳管開通法の効果

【妊娠中】

- ・ 母親の心と身体の準備を行う。出産に向け、自覚と自信を強め、母乳育児への意欲と安心感を与える
- ・ 乳頭の形成や柔軟化、皮膚の強化

【分娩期】

- ・ 子宮収縮を促す

【産褥期】

- ・ 乳管の開通を良くし、乳汁の排出を促す
- ・ 乳頭・乳輪を柔軟に伸びやすくする
- ・ 乳汁が分泌されるようになり、哺乳量の増加につながる

乳管開通法・乳頭マッサージ



乳管開通法の実際

【留意点】

- 1) 母親と向かいあう、あるいは背部から行う
→母親に指の位置や方法が分かりやすいように
- 2) ゆっくり優しく、力の入れ具合に注意する
→爪を立てないように気を付け、痛みを与えない。力を入れすぎると浮腫の原因にもなり得る（皮膚や組織を傷める）

実施①



乳輪の境界線あたりに指を置く。



乳頭をつまむのではなく、指の腹を使って乳輪部を優しくもむ。爪の先が白くなる程度の力を加える。

乳管開通法・乳頭マッサージ



実施②



マッサージの始めは、指を乳輪部に押し込まないようにする。



乳頭・乳輪部を優しくつまむ。最初は数秒から、乳頭の柔らかさを感じながら5～10秒かけて少しずつ圧を加え、もみずらす。

図7 乳頭・乳輪部のマッサージ



乳頭だけをつまむと痛みを与えてるのでよくない。



乳頭・乳輪を押しつぶすような力だと強過ぎる。

図8 悪い例



乳輪部がふわっと柔らかくなったら自然に指が入りやすくなる。

図9 効果的なマッサージ後

乳管開通法・乳頭マッサージ



乳頭マッサージ（乳頭柔軟化法）

【目的】

- ・ 乳頭を柔らかくして、乳頭の皮膚を丈夫にし、児が吸い付きやすい乳頭にする。

【方法】

- ・ 1回/1日～ 2～3分程度ゆっくり行う
- ・ 横マッサージと縦マッサージ
→ 母親の乳首の状態に合わせて行う

実施

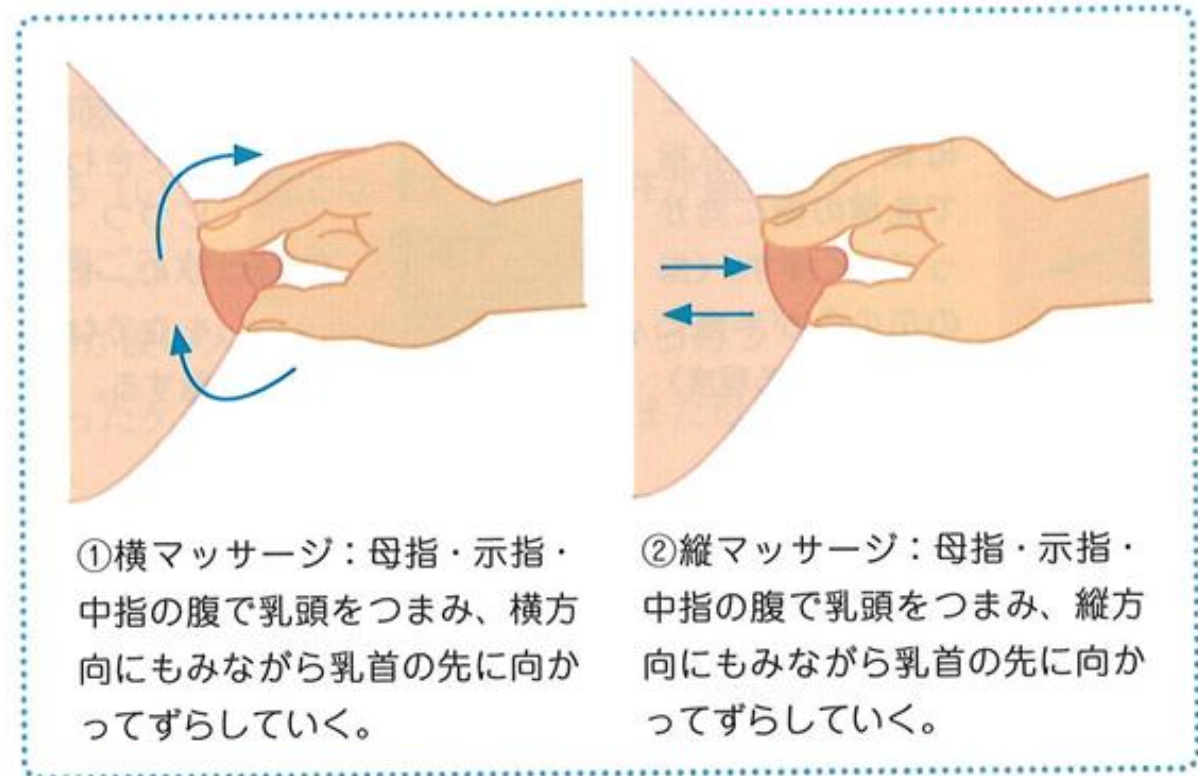


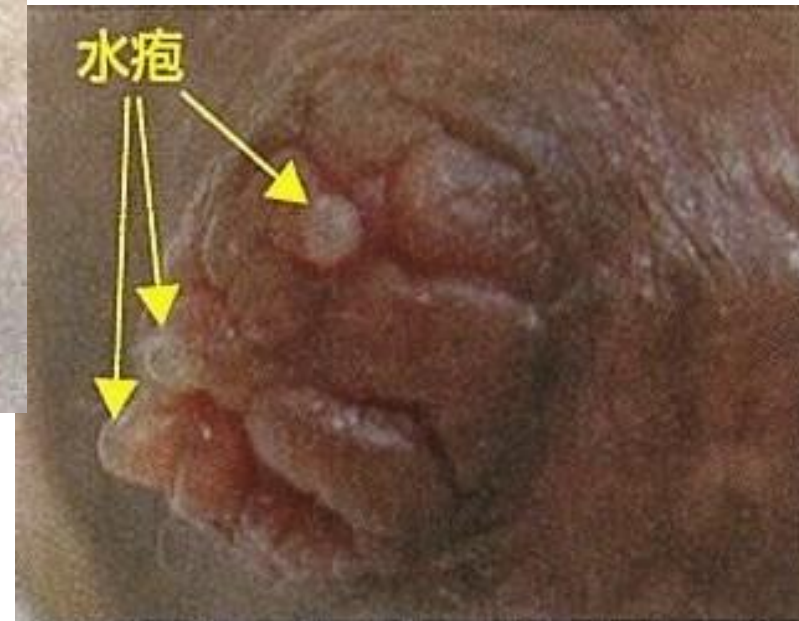
図2 乳頭柔軟化法

乳頭痛・乳頭損傷

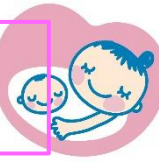


産後早期の母親の**96%**は**乳頭痛**を、そのうち**65%**が**乳頭損傷**を経験している。

授乳を早期に中断してしまう
主な原因のひとつ



乳頭痛・乳頭損傷のある母親への支援



乳頭痛の鑑別

- 1) 乳頭の皮膚への機械的・物理的外傷による痛み
➡不適切なポジショニング・ラッチオン、搾乳器の不適切な使用など
- 2) 感染症からくる痛み
➡カンジダ症、ヘルペスウイルス等
- 3) 皮膚異常からくる痛み
➡アトピー性皮膚炎、アレルギー性接触皮膚炎等
- 4) その他の痛み
➡乳管閉塞、白斑など

乳頭損傷の対処

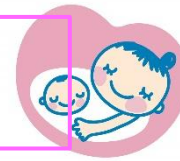
◎授乳姿勢と吸着を適切かつ効果的に行うこと

- ▲ニップルシールド（乳頭保護器）の使用
➡児が乳頭混乱を引き起こす可能性
乳汁分泌量が減る可能性

- ・湿潤療法
➡創傷部位の保湿し治癒を促す
例）ラノリン、ランシノー
- ・抱き方の角度を変える
(スタンダードp377図28-6)

損傷部位を保護しながら痛みを最小限にする方法

乳房の触診方法



乳房の触診時の手指の位置

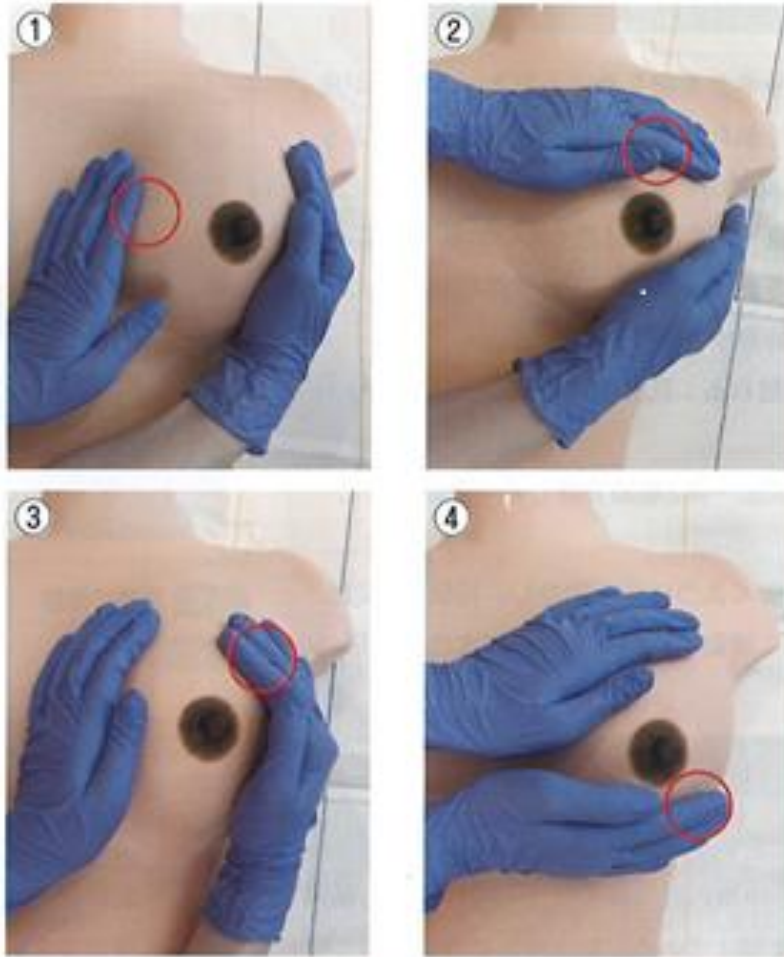


図7 乳房の触診時の手指の位置

片方の手で優しく乳房を支え、もう一方の手で触診する。○が触診部位

【触診のポイント】

- ・手を温め冷感や不快感を与えないように準備する
- ・乳房に触れる前には必ず同意を得る
- ・痛みを与えるような触れ方は避ける
- ・環境を整える（室温、羞恥心に配慮する）

手全体で触れ、柔らかさ、張り、熱感等の有無等を観察する

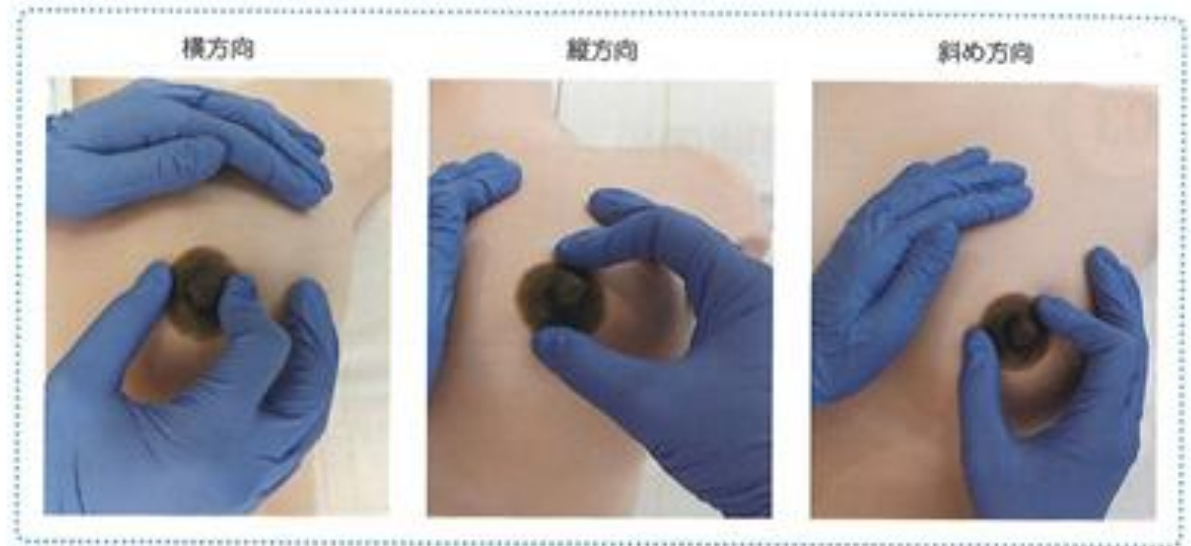


図9 産後の乳管開通・乳汁分泌の確認のための触診

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



授乳時の姿勢を整える

【必要物品を揃える】

- ・ 足台（足の高さの調節）
- ・ 授乳クッション（大きめのクッション）

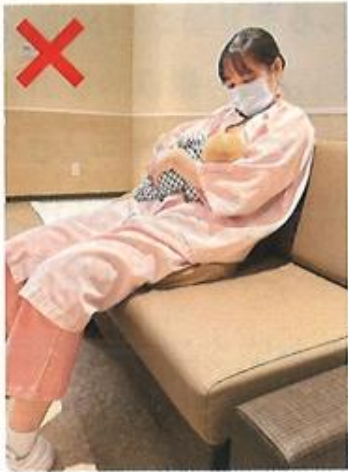
【良い姿勢をとる】

- ・ 背筋を伸ばし、背中が曲がらないように座る（骨盤が後傾しないように）
→妊娠・出産による骨盤のゆがみや緩みがある。適切な姿勢は、姿勢のゆがみからくる肩や腰などの凝りや手首の腱鞘炎を防ぐことが期待できる。

各ポジショニングの 共通チェックポイント

- ・ 母親は良い姿勢をとり、リラックスして快適である
- ・ 児の肩と体幹が支えられている
- ・ 児の頭が母親の胸の高さにある
- ・ 児の耳、肩、尻が一直線になっている
- ・ 児の胸が母親の胸の方を向いている
（フットボール抱きは例外）
- ・ 児の身体が母親の身体と密着している
- ・ 児の鼻が母親の乳頭に近づき、児の顎が母親の乳房に触れる

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



背もたれによりかかりすぎ



良い姿勢



背中と背もたれの間にクッションなどを置く

図3 背もたれを使用する場合

背もたれによりかかりすぎて背中が曲がったり、無理な角度で首が疲れないようように。



児に身体を合わせている



脚を組んでいる



良い姿勢

図5 椅子に座る場合

授乳時の児と乳房の高さを、授乳クッションやタオルを使って合わせる。かかどが上がってしまう場合は、足台を使い高さを合わせる。

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



横抱き（ゆりかご抱き）

【利点】

- ・手首の力がほとんどいらないので、手首の痛みがある人、授乳手技が確立しリラックスした授乳ができる人に適している。

【方法】

- ・授乳する乳房側の腕で児を包み込むように支え、母親の身体に引き寄せる。

【ポイント】

- ・授乳時の一般的な抱き方であるが、授乳に不慣れな時期や新生児では浅いラッチオンになりやすい。ポジショニングが安定したら横抱きにするとよい。



図7 横抱き（ゆりかご抱き）

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



縦抱き

【ポイント】

- ・母親の膝に児がまたがって座るようにする。
- ・児の顎が引いて浅い呼吸にならないよう、利き手で児の頸を支え、乳頭を含ませる。



写真 1 縦抱き

児を支える手首に負担がかかりやすい。



服をゴム紐で
固定している



服を洗濯ばさみで
とめている

前開きでない服のとき
の工夫

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



交差横抱き

【利点】

- ・横抱きではラッチオンが浅くなったり、時間がかかったりするときに、母親自身で児の身体を引き寄せやすいため、吸綴の弱い児などに適している。

【方法】

- ・授乳する方とは反対側の手で、児の首の辺りから後頭部を支え、児の体幹は母親の腕で挟み込むように抱き、母親の方へ引き寄せる。

【ポイント】

- ・授乳をする側の手で乳房を支え、もう一方の手のひらで児の首と頭を支えるので、ラッチオンのタイミングや児の頭の角度が調整しやすい。



図8 横抱き（交差横抱き）

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



フットボール抱き

【利点】

- ・ 児を脇に抱くため乳房を支えやすく、また児の口元が見やすい。帝王切開術など腹部の創部痛がある母親や扁平乳頭やⅢ型乳房の母親、児の吸啜が弱い場合に適している。

【方法】

- ① 児を横に抱き、児を抱いているほうの手で児の首の辺りから後頭部を支える。
- ② 腕で児を挟むように抱く。
- ③ もう片方の手で乳房を支え、その母指で乳輪部上部を軽く押さえ乳頭を上向きにし、児の鼻の方を向くようにする。
- ④ 児の下唇を乳頭で軽く触れ、児が口を開けたら乳頭をくわえさせる。

【ポイント】

- ・ ラッチオンの際に、母親が児に近づくのではなく、児を母親のくに引き寄せるようにする。



図9 フットボール抱き

効果的な抱き方 【授乳支援に必要な援助者の視点】



添え乳

【利点】

- ・母親も休息をとりながら授乳できる。創部痛の苦痛が強い時に適している。

【方法】

- ①母親は側臥位をとる。
- ②児は身体ごと母親の方へ向き、児の口元が乳頭にくるように寝かせる。
- ③児の下唇を乳頭で軽く触れ、児が大きな口を開けたら、素早く児の尻を母親の方へ引き寄せ、乳頭をくわえさせる。

【ポイント】

- ・授乳しながら母親も寝入ってしまわないように注意する。入院中に添え乳授乳を行う際は**見守り、児の安全を確保する。**



図10 添え乳

母親がリラックスした姿勢になるよう、膝にタオルを挟んだり、背中にクッションを置いたりするとよい。