

卒乳について

● 急激な卒乳

いわゆる「断乳」のことです。お母さんの病気などが原因で急いで母乳をやめなければならないこともあるかもしれません。しかし、急にやめることは、お母さんと子ども両方にとって精神的・身体的にもつらい選択となります。

急激な断乳のデメリット

- * 乳房緊満が強くなり、乳房に強い痛みが生じる
- * 乳腺炎のリスクが高まる
- * お母さんと子ども、共につらい思いをする

● 計画的卒乳

子どもが自分から卒乳する準備ができる前に、お母さんが母乳をやめると決めた時にとる方法のことです。目安として、1日の授乳回数を2~3日ごとに1回ずつ減らしていきます。

『乳離れ』の進め方が早すぎる時に見られる子どものサイン

- * どもる
- * 夜起きるようになる
- * 後追いがひどくなる
- * ぬいぐるみや毛布など物への新たな執着がある
- * お母さんの姿が見えないことへの不安感が現れたり、強くなったりする
- * 以前はなかったのに、噛みついたりするようになる

* このような時は少し卒乳を待ちましょう

● 自然卒乳

歩く時期、歯の生える時期、おむつがはずれる時期など発達段階にも個人差があるように、卒乳の年齢も子どもによって様々です。子どもはそれぞれのペースで成長し、心身ともに準備ができた時に、自分から母乳をやめていくことができます。

