

ジュンマミーズ倶楽部

Jun Mammys Club

助産師からのメッセージ

今回は、妊娠中のおっぱいについてお話しします。

母乳っていつから作られるか、ご存知ですか？

“妊娠中にはほとんど関係なく、出産後少しずつ作られ始める” と思っている方が多いようですが、実はおっぱいも妊娠すると同時に少しずつ準備がはじまります。

妊娠することにより、これまでとは違ったホルモンが体の中でいろいろな作用をして、胎盤を作ったり、赤ちゃんの成長の手助けをしたりしていますが、おっぱいもホルモンの働きにより少しずつ変化しています。おっぱいの中の乳腺が発達し、少しずつ大きくなっていきます。それと同時に分泌の準備も始まります。

妊娠22週頃までには、ある程度の乳房サイズまで増大し、初乳が作られ少しずつ分泌されます。

妊娠中、ご自身のおっぱいをしっかり見てみてください。

乳房が大きくなっているのと同時に、分泌はまだごく少量の為、みためにはわからないと思いますが、おっぱいの先に少量固まったものが付いていると思います。これがごく初期の母乳です。でもそのままにしていると初乳が固まり、おっぱいの先でカスとなり取れなくなってしまうので、入浴時にはきれいに洗い清潔に心がけてください。

※妊娠中、おっぱいを刺激することで子宮が収縮し、流産や早産の原因となってしまうことがあります。初乳が出ていても刺激はしないでください。

〈出産後の母乳育児の為に行っておくこと〉

- ★乳房を清潔に保つ・・・乳房についているカスを取り除いておく
- ★大きくなった乳房をしめつけない・・・しめつけの少ない大きめのブラジャーやソフトブラジャーをつける
- ★乳房周囲に湿疹などができている場合は治療しておく

分娩申込をされた方へ
「安心」と「楽しい」を
プレゼント

Enjoy Maternity &
Hello Baby Passport

Enjoy Maternity & Hello Baby Passport

産前・産後のヨガクラス
など退院後も助産師指導が
無料で受けられる
パスポートです

Happy 1/2 Birthday のお祝い

開始時期：2021年3月

当院で生まれた赤ちゃんが無事に
半年を迎えられたその日
赤ちゃんへのおめでとうと
ママへのお疲れ様でしたの
気持ちを込めてささやかですが
ケーキやサンドイッチなどの
アフターヌーンティをご用意いたします

※プレゼントの期間と内容は各院少しずつ違いますのでHPをご確認ください
※刈谷院、安城院は準備中です。準備が整い次第お知らせいたします。