

## N I C Uにおける母乳育児支援活動の試み

奈良県立医科大学医学部看護学科

江南宣子 脇田満里子

Implementation and evaluation of the support for breast-feeding care in the NICU

Nobuko Enami Mariko Wakita

Faculty of Nursing, School of Medicine, Nara Medical University

### 要旨

NICUに入院している児の母親を対象に乳房ケアを通して身体とこころへのサポートを目的とした母乳育児支援活動を開始した。NICUに入院中の児の母親たちは、少しでも多くの母乳を届けたい一心で搾乳を続けているが、吸啜刺激がない乳房の母乳の分泌を継続していくための母親の不安は大きく、搾乳量の減少や母乳が出なくなったことをとても辛かったと答えている。また、直接授乳が可能になっても、哺乳びん慣れた児にうまく吸啜させることができないなどのショックは大きかったと述べている(脇田2006)。

母乳育児支援の効果は、その活動内容において、母子分離の中で母親たちが搾乳を継続している努力を認めることの重要性、全ての母親に乳房マッサージを実施することの重要性、搾乳を継続する本来の目的を母親に伝えることの重要性、個別的な自己乳房管理法の援助の重要性、母親たちのこころを支援することの重要性であり、それが母乳育児のエモーショナルサポート(精神的支援)となることが明らかになった。

キーワード：NICU 母乳育児 乳房ケア エモーショナルサポート

### 1. はじめに

NICUに通う母親たちは母子分離を余儀なくされ、産後間もなくから我が子の回復や成長への願いを込めて母乳を届け続けている。

母乳の分泌を継続していくための母親の不安は大きく、搾乳量の減少や母乳が出なくなったことを「とても辛かった」と答え、また、直接授乳が可能になっても、哺乳びん慣れた児にうまく吸啜させることができないなどのショックは大きかったと述べている(脇田2006)。

このような現状に対し、本学附属病院のNICUに入院している児の母親を対象に乳房ケアを通して身体とこころへのサポートを目的とした母乳育児支援を始めた。1年間を経て、乳房ケアを受けた母親は延べ約180名とな

り、これまでの活動報告とともに、母親への母乳育児支援の重要性と今後の課題をまとめたのでここに報告する。

### 2. 活動状況

#### 1) 活動の体制

活動内容：助産師2名による乳房ケアを中心とした母乳育児支援。毎週1回、午後の面会時間に合わせ約3～4時間行なう。

スタッフ：助産師2名

場所：NICU病棟内の個室(使用されている場合は、機材室)を利用し、その都度、ベッド、椅子、衝立、ペーソン、タオル類などの必要物品を設置する。(設置や準備はNICUスタッフの協力を得ている)

対象：NICUに入院中の児の母親

予約方法：搾母乳を届けている母親および乳房ケアを希望する母親に対して、NICUスタッフが予約を受け付ける。

倫理的配慮：母親が乳房ケアを受けるか否かは本人の申し出としている。また、乳房ケアを実施する上で扱うフェイスシートの内容については、母親自身の記入とし乳房ケアに必要な情報のみとしている。その情報は責任をもって保管することを確認している。

## 2) ケアの実際

### (1) 乳房ケアのみの場合

①助産師が作成したフェイスシートを基に乳房ケアに関する母親の希望や不安をきく。

(表1)

②母親の訴えや希望に基づき乳房の観察を行なう。

③観察により、必要に応じて搾乳介助、搾乳指導を行なう。

④搾乳した母乳をスタッフに届ける。その際、母親の搾乳時の様子を申し送る。

⑤会話を通しながらタオルとお湯を使った乳房マッサージを行なう。

### (2) 直接授乳の介助の場合

①母親に児の授乳時間に合わせて入室してもらい、母児にとって適切なポジショニングを考え設定する。

②授乳量を知るために必要に応じて児の体重を測定する。

③授乳前には、タオルによる温湿布や前搾りのケアを介助し、次いで母親自身が実施してその重要性を理解できるよう援助する。

④直接授乳時は、適切なポジショニング(授乳姿勢)とラッチ・オン(吸着)が有効な吸啜に繋がることを母親に説明し介助する。また、低出生体重児の呼吸に合わせた授乳のポイントや注意点などを説明する。

⑤直接授乳中は、母親の感動を十分に受け止め、これまでの労をねぎらう。

⑥直接授乳を継続していくための個別的アドバイスをする。

⑥乳房マッサージを行ないながらリラックス

を促す。

### (3) ケア後の母親たちの感想

今後のケアに活かす目的で、(1)(2)を終えた後、母親たちに乳房ケアに対する感想ノート(「NICUおっぱいノート」)を作成している。記載内容は自由で、他の母親たちにも共有し活用していることの詳細を取っている。

表1. 乳房ケア用のフェイスシート内容

①	母親氏名、年齢、初経産の別
②	児の名前と性別、上の子の年齢と性別
③	出生体重、現在の体重
④	分娩日、在胎週数、分娩様式、分娩予定日、入院主訴
⑤	面会頻度、交通手段と所要時間
⑥	乳房形態(乳房の型、乳頭の形、乳輪部の型と柔軟性)
⑦	現在の栄養方法(搾乳量、回数、方法)
⑧	母乳育児に対する考え方、希望、不安
⑨	経過記録(乳房状態、訴え、不安、相談ケア内容、指導内容、その他)

## 3. 実践結果

期間：2006年10月～2007年9月

対象数

：NICUおよび小児科の児の母親61名

(初産婦33名、経産婦28名)、

延べ人数180名

直接授乳を介助した児42名、述べ59名

母親の年齢割合

：10歳代(5.7%) 20歳代(31.4%)

30歳代(54.2%) 40歳代(8.5%)

児の在胎週数の割合

：20週代(17%) 30週代(76.5%) 40週代

(6.3%)

出生体重の割合

：超低出生体重児(14.5%)

極低出生体重児(18.7%)

その他の低出生体重児(41.6%)

2500g以上の児(25.0%)

多胎数

：双胎6名(内2名は児1名死亡を含む)

品胎1名

ケア内容と延べ人数 (表2)

: 乳房マッサージの実施は、毎回全例に行なっている (100%)。

母乳育児に関する保健指導は延べ96名、搾乳介助および指導は延べ62名という結果から、全61名に対しほぼ全員に母乳育児に関するアドバイスと搾乳指導を行なっている。

表2. ケア内容と延べ人数

ケア項目	延べ人数 (%)
乳房マッサージ	180 (100.0)
母乳育児に関する保健指導	96 (53.3)
搾乳介助および指導	62 (34.4)
直接授乳介助および指導	59 (32.7)
エモーショナルサポート	48 (26.6)
乳房トラブルに対するケア	25 (13.8)

感想ノートの内容分析

: 乳房ケア後の感想 (16名)

直接授乳介助後の感想 (12名)

〔乳房ケア後の感想〕

乳房ケア後の自由記述の内容から、ケアの効果について述べられているものを抽出・分析した。その結果、乳房ケアを受ける以前は「母親の不安・悩み・葛藤・児への罪責感」がみられたが、実施後は「頑張っている自分を褒めてもらったことの喜び」「不安や悩みを表出ができたことの安堵感や安心感」「搾乳量のプレッシャーから解放され搾乳を継続する意欲が出た喜び」などの『からだところの変化』が述べられていた。さらに、この支援をより多くの母親が受けられるシステムの実現を期待していた。

〔直接授乳介助後の感想〕

直接授乳後の感想から、「やっと直接授乳が可能になったことの喜び」「助産師が自分に合った授乳方法を一緒に考えてくれることの安心感」「わが子がおっぱいに吸い着いてくれたことの感動」などが述べられていた。

また、直接授乳が出来ることを目標に搾乳を継続してきた努力やわが子への想いが報われたことの喜びがみられた。

#### 4. 考察

##### 1) 母子分離の中で母親たちが搾乳を継続している努力を認めることの重要性

NICUに入院する児は、早産などによる低出生体重児、先天性疾患、内臓疾患、染色体異常などのさまざまな背景を持っている。母親は、我が子に起こっている現実を前にして、悲嘆し、戸惑い、自分を責めることが多く、現実を受け止めることが困難な状況におかれている。しかし、小さな体で精一杯生きようとしている我が子に関わっていく中で、現実を受容していくのである。そして母親として出来ることに気づいていく。

少しでも多くの母乳を届けたいと思うその搾乳の行為は、我が子への愛情と母親としての責任を負う重さで身体もこころも緊張の毎日である。看護師が、母乳の分泌やその量に関係なく、一生懸命搾るその行為を認め、褒め、一緒に行なうことは、母親の張りつめていたところを少しずつ解放し、それまでの思いを表出し、自然な笑顔が取り戻せる時間にすることが可能である。母親1人ひとりの頑張りを認めながら「いいおっぱいですよ」の一言を伝えることは、とても重要といえる。

##### 2) 全ての母親に乳房マッサージを実施することの重要性

母親の乳房の緊満や母乳分泌量にはさまざまな違いがあるが、全員に「タオルとお湯を使った乳房マッサージ」を必ず実施している。産褥期の安静時期も十分に取れないまま面会と搾母乳を届ける母親は多く、その身体的疲労と精神的ストレスの連続で思うような乳汁の分泌を得られないことで不安や焦りを抱いていることが多い。そのような状況での母親に乳房マッサージを行

なうことは単に分泌促進だけではなく、自分の体を大事にしてくれる、ひとりの母親として尊重してもらえる、乳房をやさしく扱ってくれるなどが安心感と満足感に繋がるものと考える。

### 3) 搾乳を継続する本来の目的を母親に伝えることの重要性

母親たちは母乳を少しでも多く届けたいと思う気持ちから、不適切な搾乳方法や自分に合わない搾乳器を使用していることがある。児の成長とともに増えていく授乳量に対し、搾乳量を合わせようとする焦りと、少しずつ感じていく乳房の張りの減少を不安に思っているからである。

そのことに対して、本来の搾乳を継続する目的は、分泌量を多くすることではなく、直接授乳が可能となるまで乳汁分泌を維持することであることを伝えている。

搾乳回数が少なかったり、搾乳時間が不規則な場合は次第に一回の搾乳量は減少していく傾向にある。母子分離にて直接授乳が不可能な母親に対する母乳育児指導で大切なことは、搾乳量の多さではなく、搾乳するその行為そのものであること、毎日の継続が直接授乳に向けて大切であること、それが母子の相互関係に重要であることを伝えることである。

### 4) 個別的な自己乳房管理法の援助の重要性

母親たちの乳房は児の吸啜刺激がないために、その分泌量を維持させるためには毎日の搾乳を規則的に繰り返すことが必要である。しかし、ほとんどの母親はそのための適切なケアについては知らないことが多い。

個々の生活条件の中で無理せず可能な方法を一緒に考え、実行できるよう支援すること、母乳分泌を維持するための具体的方法を情報提供することが求められている。

規則的な搾乳が出来ない母親に対しても、そのさまざまな理由を真剣に聴き、母乳を

飲ませたいと思う気持ちを受け止めることは何よりも大事なこころの管理となる。

### 5) 母親たちのこころを支援することの重要性

乳房ケアを受けた後に残された感想の中で、「おっぱいもこころも楽になった」「搾乳する気持ちが軽くなった」「気持ちに余裕が持てた」「穏やかになった」「ほっとした」「明るくなれた」など、母親たちのこころの表出が伺えている。

母乳育児のエモーショナルサポート（精神的支援）とは、単に母親を励ましたり、的確なアドバイスをすることではなく、母親が「母乳育児を応援してもらっている」「自分が大切にされている」と思えて、自分の感情をよく「聞いてもらえる」こと、「裏づけのしっかりした情報を提供してもらえる」こと、さらに、「十分な情報の中で母親自身が選択できる」と述べている（本郷2000）。

これまでの実践の中で母乳育児を支援するための重要なこととして「母子分離の中で母親たちが搾乳を継続している努力を認めること」「全ての母親に乳房マッサージを実施すること」「搾乳を継続する本来の目的を母親に伝えること」「自己乳房管理の必要性とその方法を伝えること」は、本郷（2000）が述べているエモーショナルサポートの効果と合致した。

### 5. 今後の課題

この活動を通して、明らかになった重要な支援内容を、NICUのケアのひとつとして定着させていく必要があり、さらに、母親たちの希望の中に、「より多くのNICUの児の母親が支援をうけられるようにしてほしい」「退院後も外来での母乳育児ケアを継続してほしい」などの意見があることから、退院後の支援へ繋げられるシステムの構築を目指す必要があり、今後の課題としたい。

## 参考文献

- 脇田満里子他 (2006) : 低出生体重児をもつ母親の育児意識とその影響要因 -出産1年前後の母親への回顧的インタビューを通して-. 日本発達心理学会第17回大会発表論文集, 469.
- 本郷寛子 (2000) : 母乳育児カウンセリング. 助産婦雑誌, 54(6) : 15-20. 医学書院.
- 橋本武夫 (2004) : 母乳育児の理念. 母乳育児支援ブック. ペリネイタルケア夏季増刊, 18-20. メディカ出版.
- マーシャルH. クラウス, ジョンH. ケネル (1999) 竹内徹他訳 : 親と子のきずな. 医学書院. 第1版.
- 堀内成子編 (2003) : 産褥・退院支援ガイドブック. ペリネイタルケア夏季増刊, 110-155. メディカ出版.
- マーシャルH. クラウス, ジョンH. ケネル, フィリスH. クラウス (2001) 竹内徹他訳 : 親と子のきずなはどうつくられるか. 医学書院.
- 大山牧子 (2005) : 第7回吸啜と嚥下の生理学と発達. 助産雑誌, 59(10) : 954-958.
- 大山牧子 (2005) : 第8回母乳育児支援. 助産雑誌, 59(11) : 1038-1046.
- 涌谷桐子 (2006) : ポジショニングとラッチ・オンの基本の「き」, 助産雑誌, 60(6) : 462-470.