



おっぱいが足りないのでは ないかしら

～本当に母乳不足のことはとても少ないのです～

「おっぱいが足りなくて……」というお母さんの話をじっくり聴くと、「なんとなくそう思ったので……」という方が多いようです。お母さんの気持ちには、いつも「おっぱいが足りないのではないか」という不安感があるようです。子を思う親の気持ちの表れですから良いのですが、どうも漠然とした不安感が大きいようです。実際の『母乳不足』と、お母さんが「足りない」と感じる『母乳不足感』とは違うことをまず知っていただきたいと思います。

母乳不足と感ずるのは、お母さん側からすると、おっぱいが張らないから出が悪いのではないかということ。赤ちゃん側からすると、すぐ泣く、おっぱいを吸っている時間が長い、目を覚ましている時間が長い、30分か1時間で起きてしまう、夜中も授乳する、体重の増え方が少ないなどです。

本当に母乳不足の場合も、2～5%ととても少ないのですが、実際にはあります。母乳が出なくて大変な思いをしている方もいらっしゃると思います。当院では母乳育児を応援していますが、そのような場合には赤ちゃんにとっての必要なミルクを追加しています。

母乳分泌が充分でない場合でも、できるだけ長く大切な母乳を赤ちゃんに飲んでもらえるように、お母さんの体をあたためたり、赤ちゃんがおっぱいを飲む姿

勢などを工夫しています。赤ちゃんにミルクを飲んでもらう時にも、おっぱいを飲ませる時のようにしっかり抱っこして、目を見て話しかけるように伝えています。

私達産科スタッフは、母乳育児を応援するうえで、(完全)母乳で育児していけるように支援していくことも大切であるし、また母乳が充分でないお母さんの気持ちに寄り添っていくことも同様に大切だと考えています。

出産後2か月半ほどは、おっぱいを吸われるたびに大量の母乳産生ホルモンが分泌される時期です。産後にミルクを追加していても、母乳だけに替えていくことも十分可能な時期といえます。産科では母乳育児相談外来を開設しており、授乳についての様々な相談に乗っています。母乳が足りているのか不安に感じたり、赤ちゃんの体重がどの程度になったか気になる時、おっぱいのトラブルで困った時などの窓口となっています。



産科/助産師 氏家

胃カメラ検査が大変楽になりました!

現在、鼻からカメラを挿入する経鼻内視鏡を実施しております。

この検査法は、吐き気もほとんどなく、カメラの管が大変細いので、心身共に苦痛の少ない検査です。また、口が塞がれずに会話ができるため、医師と受診者のコミュニケーションが検査の質を向上させるメリットもあります。

胃の病気は早めの診断が大事ですので、胃の検査を希望される方は、ぜひ、これらのメリットを実感してください。

これまで検査を受けられた方々から「検査をし

ながら先生とお話しでき、画像も見られるので大変良い」との評価を得ています。

なお、鼻に疾患がある場合など一部の方で使えないこともあります。



平成19年度 公立芽室病院外来診療のご案内《4月1日より》

受付時間 午前7時45分～午前11時30分・午後0時30分～午後4時30分
診療時間 午前8時45分～午後0時30分
 午後1時30分～午後5時15分(内科・眼科・耳鼻科・歯科)曜日により休診あり
 午後2時30分～午後5時15分(整形外科・産婦人科)曜日により休診あり
 午後2時00分～午後5時15分(小児科)曜日により休診あり

【内科】 ※月・火曜日の午前は、医師3人体制で診察。火・木曜日の午後は、休診です

区分	月	火	水	木	金
午前	第1診察室 宮本	第1診察室 宮本	森谷	宮本	森川
	第2診察室 田中	第2診察室 田中	大西(第3田中)	森川	森谷
	第3診察室 大西	第3診察室 大西			
午前	胃カメラ	森谷	宮本	田中	田中
午後	すこやか健診指導日			森谷(指導)	
午後	第1診察室 森谷	休診	宮本	休診	田中

※第3水曜日は大西医師に代わって、田中医師が診察いたします。

【小児科】

区分	月	火	水	木	金
午前	住谷	住谷	住谷	住谷	住谷
午後(2時から)	住谷	住谷	住谷	住谷	住谷
	右の時間帯は 予防接種等の ため一般 外来は休診	2:30 ～ 3:00	2:00 ～ 3:00	2:00 ～ 3:00	診察を一時中断 する場合があります。 受付でご 確認ください。
	1か月検診	乳幼児健診	予防接種	出張診療	

※予防接種は予約制です。事前に医事グループへお申し込みください。

・予防接種～麻しん・風しん混合、麻しん、風しん、水ぼうそう、おたふくかぜ、BCG(第1水曜日)

※予防接種等のため午後休診になる場合がありますので、出来るだけ午前中に受診をしてください。

【外科】 ※4月1日から3人体制です

区分	月	火	水	木	金
午前	8:45～9:00 小窪・野坂	小窪・野坂	小窪・白山	小窪・野坂	小窪・野坂
	9:00～9:45 小窪・野坂	小窪・野坂	小窪・白山	小窪・野坂	小窪・野坂
	9:45～10:15 小窪・白山	野坂・白山	小窪・野坂	小窪・白山	野坂・白山
午後	10:15～12:30 小窪・白山	野坂・白山	小窪・野坂	小窪・白山	野坂・白山
午後	休診	休診	休診	休診	休診

※手術のため、午後は全て休診です。

【整形外科】

区分	月	火	水	木	金
午前	幅口	幅口	出張医師	幅口	幅口
午後(2時30分から)	休診	幅口	休診	休診	幅口

※乳幼児股関節脱臼検診・骨粗鬆症検診は、診療時間内に随時行っています。

【産婦人科】

区分	月	火	水	木	金
午前	谷垣	谷垣	谷垣	谷垣	谷垣
午後	谷垣	休診	休診	休診	谷垣

※月・金曜日は午後2時30分から診察となります。午後は、緊急手術等で休診になる場合があります。

【眼科】

区分	月	火	水	木	金
午前	出張医師	出張医師	出張医師	出張医師	休診
午後	出張医師	手術日休診・手術ない日診療	出張医師	検査・診療	休診

※午後の外来は、検査(予約制)のため、一般外来はお待たせすることがあります。

※手術日(月2回)の火曜日の午後は、休診です。手術のない火曜日午後は、通常診療です。詳しくは、眼科外来へお問い合わせください。

※詳しい出張医師名については、院内に掲示してありますので、そちらをご覧ください。

【耳鼻咽喉科】

区分	月	火	水	木	金
午前	出張医師	出張医師	休診	休診	休診
午後	出張医師	休診	休診	休診	休診

※火曜日の午後は休診となります。

※詳しい出張医師名については、院内に掲示してありますので、そちらをご覧ください。

【歯科】

区分	月	火	水	木	金
午前	山上	山上	山上	山上	山上
午後	山上	山上	山上	山上	山上

※歯科は全て予約制です。詳しくは、歯科外来へお問い合わせください。

※土曜日、日曜日、祝祭日、及び夜間で救急の場合は、診療を受け付けております。

※不明な点がございましたら、公立芽室病院医事グループまでお問い合わせください。電話(0155)62-2811