

どうする?? 災害時の赤ちゃんの栄養

原始時代には危機が迫った時に乳を押し出すのを一時的にとめ安全になると出る仕組みができたといわれています



これは「今はゆっくり授乳している場合ではなく逃げろ」ということだからです

それは現代も同じ: 母乳が押し出しにくく感じてでも作り続けられています

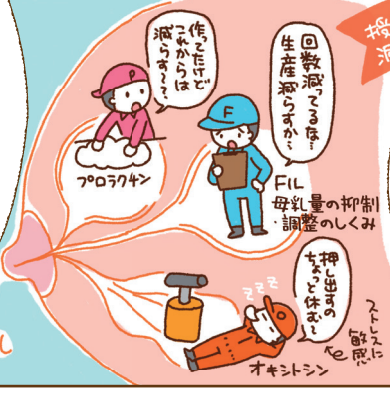
災害時「ストレスで母乳が止まる」って聞きましたけど...

それはよくある誤解! 安心できるとお出る仕組みが現代でもあるの

だから「ここは安心」と思えるような場所をとつても大事な



でも災害時の状況だと授乳回数が減りがちになって...



授乳回数が減ったりここでミルクをあげると作られる量が減ってきます

母乳中の免疫物質は災害時に心配な感染症から赤ちゃんを守ってくれる



少し多めにあげていたらいつもより出たって人もいるの



だから母乳をあげている人には授乳に専念できるように



ママが食べてなくても母乳は作られるけどママの元気ののために多めの食事をあげたい



そして乳幼児用ミルクをあげている人は徹底的な衛生管理が大事!



消毒した哺乳瓶がないときはコップなどで飲ませる方法もあるよ!



あと飲み残しは絶対に捨てる事

ミルク・母乳どちらをあげても同じくらい子育てを頑張ってる災害時もいつものやり方を尊重してもらって!



「災害前の子育てを続けられるように何が出来るか」支える人たちは乳児の保護者に寄って欲しい...

国際基準WHOの国際規準や災害時の乳幼児栄養の指針で定めていること

- × きちんとアセスメントして必要ならミルクを渡す
- × 災害時ミルクを一律に配布
- × 平時時ミルクの試供品や試飲を提供

アドバイスよりもまず保護者に話を聞いて

それが母乳を飲んでる赤ちゃんミルクを飲んでる赤ちゃん両方を守ることになるんですね