
母乳の悩みを解決する、最初の手段は、WHO/ユニセフのTen Steps



現在の日本では、母乳について大変な苦勞をしたり辛い思いをしている方がたくさんいます。しかしながら、その背景に、WHO/ユニセフの「母乳育児成功のための10カ条(Ten Steps)」に沿ったケアの不足が影響しているということは、あまり知られていません。

Ten Stepsは、お母さんに頑張れというものではありません。母乳での子育てがうまくいくように「施設にできる」10個の項目をWHOとユニセフがまとめた勧告です。

残念ながら、国内では、このTen Stepsに沿ったケアを提供している出産施設の割合は多くありません。

Ten Stepsに沿ったケアの導入が限られている背景には、そもそもTen Stepsの存在があまり知られていないことがあるのではないのでしょうか。そこで、このたび、有志が集まり、Ten Stepsをできるだけ多くの方に知っていただくことを目的としたプロジェクトを立ち上げ、ウェブサイトを作成いたしました。

<https://10steps-prj.net/>



10steps-prj 🔍

お母さんが出産施設に要望するために使えるカード

WHO/ユニセフで科学的に検証されている勧告があるにも関わらず、それを導入する施設が少ないのは、その効果やエビデンス、安全な実施方法を十分に知らないためかもしれません。

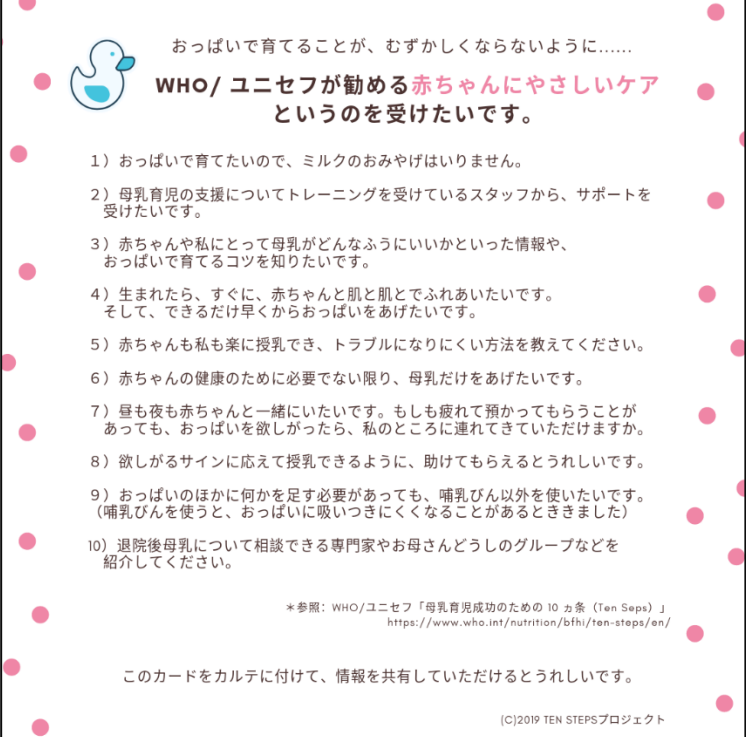
既にTen Stepsを実践している日本国内の「赤ちゃんにやさしい病院 (BFH)」には、科学的根拠に基づいたケアの方法と効果が蓄積されていることを、多くの施設に知ってもらいたいと思います。

母乳についてのつらい話がひんぱんに見聞きされる一方で、生まれてすぐからいつでも好きな時に授乳できる環境など、Ten Stepsで求められている環境やケアを経験した女性たちからは、「楽だった」「母乳で困ることはなかった」という声を聞くことも、実は多いのです。まずは、「母乳で育てることがつらいものとならないために施設に要望できるケアがある」ということを多くの両親に知ってもらいたいと思います。

報道機関各位におかれましては、私たちのプロジェクトを広くお伝えいただくことで、まずは、Ten Stepsの存在の周知にご助力いただければ幸いです。あるいは、Ten Stepsを題材にした記事を多く発信いただき、Ten Stepsに沿ったケアが、実際にお母さんたちの助けになる事例を広く世間にお伝えいただくことで、周知にご助力いただければ幸いです。

日本は、国連子どもの権利委員会より、「『赤ちゃんにやさしい病院』イニシアティブを実施するための包括的キャンペーンをおこなうため、あらゆる必要な措置をとること」との所見を得たところでもあります。

8月1日～7日の「世界母乳育児週間」に向けて、多くのお母さんの願い「できれば母乳で育てたい」をかなえる道の一つとして、「Ten Stepsに沿ったケア」とその効果をみんなが知ることに力を添えをいただければ、誠に幸いです。



おっぱいで育てることが、むずかしくならないように.....

**WHO/ ユニセフが勧める赤ちゃんにやさしいケア
というのを受けたいです。**

- 1) おっぱいで育てたいので、ミルクのおみやげはいりません。
- 2) 母乳育児の支援についてトレーニングを受けているスタッフから、サポートを受けたいです。
- 3) 赤ちゃんや私にとって母乳がどんなふうにいいかといった情報や、おっぱいで育てるコツを知りたいです。
- 4) 生まれたら、すぐに、赤ちゃんに肌と肌とでふれあいたいです。そして、できるだけ早くからおっぱいをあげたいです。
- 5) 赤ちゃんも私も楽に授乳でき、トラブルになりにくい方法を教えてください。
- 6) 赤ちゃんの健康のために必要でない限り、母乳だけをあげたいです。
- 7) 昼も夜も赤ちゃんと一緒にいたい。もしも疲れて預かってもらうことがあっても、おっぱいを欲しがったら、私のところに連れてきていただけますか。
- 8) 欲しがるサインに応じて授乳できるように、助けてもらえると嬉しいです。
- 9) おっぱいのほかに何かを足す必要があっても、哺乳びん以外を使いたいです。(哺乳びんを使うと、おっぱいに吸いつきににくくなる時がありました)
- 10) 退院後母乳について相談できる専門家やお母さんどうしのグループなどを紹介してください。

*参照: WHO/ユニセフ「母乳育児成功のための10カ条 (Ten Steps)」
<https://www.who.int/nutrition/bfhi/ten-steps/en/>

このカードをカルテに付けて、情報を共有していただけると嬉しいです。

(C)2019 TEN STEPS プロジェクト

