

ジュンマミーズ倶楽部 Jun Mammys' Club

助産師からの メッセージ



ママの顔が人それぞれ違うように、乳房や乳頭の形にも大きさ・形・やわらかさに違いがあるのをご存知でしょうか？
産後に母乳をあげたいと思われている方は、是非妊娠中から自分のおっぱいに興味をもって欲しいです。
今回は、乳頭の形とケアについてお話をしたいと思います。

乳頭の形から次のようなタイプに分かれます

通常乳頭

平均的な乳頭で、乳輪部をつまむとさらに突出する

通常乳頭以外は、赤ちゃんが吸えなかったり、吸えても正しい位置で正しい吸い方ができず、乳頭が切れたり、水疱や血疱ができたりして痛みで直接授乳できない場合があります。しかし、妊娠中のケアで直母が可能になることもあります。

☆妊娠中期頃から
乳頭を少しずつ突出させていく用品を使用してのケア

※お腹の張りや痛みを感じる時には中止を。
また、皮膚の弱い方は痒みなどのトラブルがあった場合は中止を。

扁平乳頭

乳頭がとても短い



真性陥没乳頭

見た目は陥没しており、乳輪部をつまむとさらに乳頭が陥没する

陥没乳頭

見た目は正常ですが、乳輪部をつまむと乳頭が陥没する

仮性陥没乳頭

見た目は扁平乳頭ですが、乳輪部をつまむと乳頭が突出する

☆日々のケア

通常乳頭の方も扁平・陥没乳頭の方も乳頭の先端は垢が溜まりやすいので、入浴時に洗って清潔に保ちましょう

☆37週以降

乳頭・乳輪部のマッサージのケア
「赤ちゃんこんにちは」のパンフレットの5ページを参考にしてください

産後ケア事業 のご案内



産後ケア事業とは、産後間もないお母さんの心身のケア・育児サポートを行い、安心して子育てができるように支援する事業です。宿泊型やデイサービス（日帰り）型の入院がご利用いただけます。

以下のような産後の体調や育児に不安を抱えているお母さん・・・

授乳がうまくできているか、
赤ちゃんの発育は順調なのか、相談したい

赤ちゃんのお世話の仕方に
自信がない

自分の体調や赤ちゃんのことで
身近に相談できる人が
いなくて不安



安城院・千里丘院・豊橋院は、一部自治体の産後ケア事業の委託医療機関となっております。ご利用の詳細は各院のHPをご覧ください。