

# 災害時の 赤ちゃんの栄養

ほ乳類には敵から逃げる時乳を押し出すのを一時的にとめ安全になると出るようになるという仕組みがあります



これは乳が漏れ出ていると敵に行き先を嗅ぎつけられてしまうためと言われています

それは人間も同じ：母乳が押し出しにくく感じてもストレスには関係なく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…

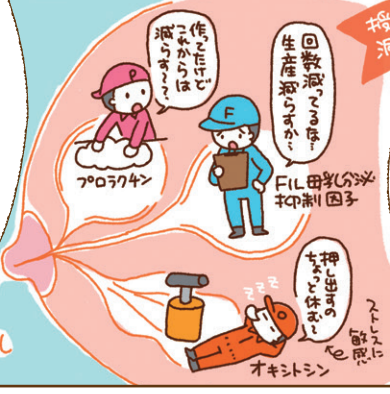


おどろけず

だからほ乳類と同じで安心できる場所を用意する事がとっても大事なのだ



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為に多めの食事をあげたいし

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！



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る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…



アドバイスよりもまず保護者に話を聞いて今まで通りの育児ができるように手助けしようね

本資料は、災害時の乳児栄養の国際基準に基づく内容です。詳しくは IFE 災害時乳幼児栄養 検索 [https://jal-net.jp/dl/OpsG\\_Japanese\\_Screen.pdf](https://jal-net.jp/dl/OpsG_Japanese_Screen.pdf) comic by エムラサコ