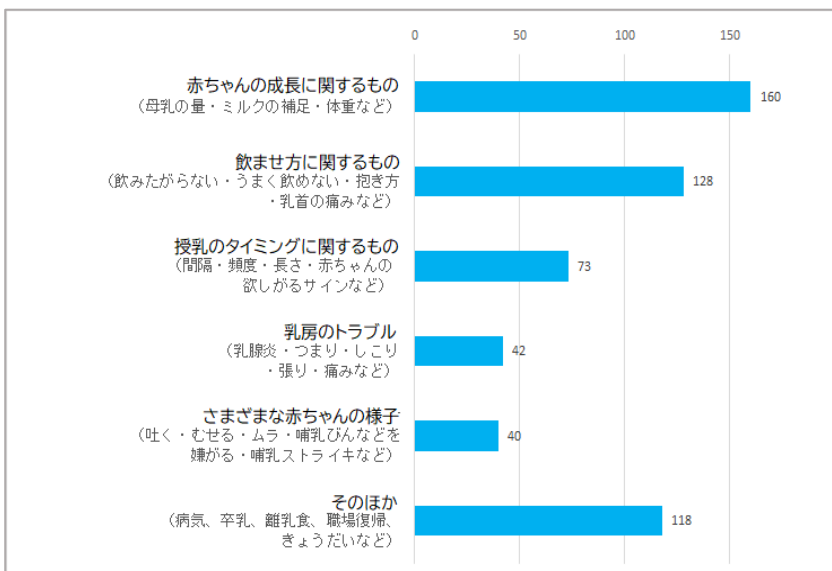


「母乳はたいへん」って本当？ — 辛さの背景は変えられる —

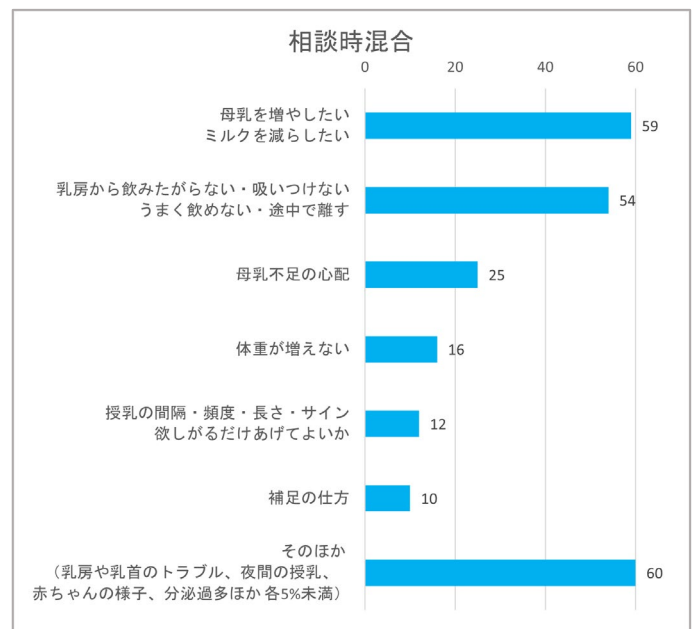
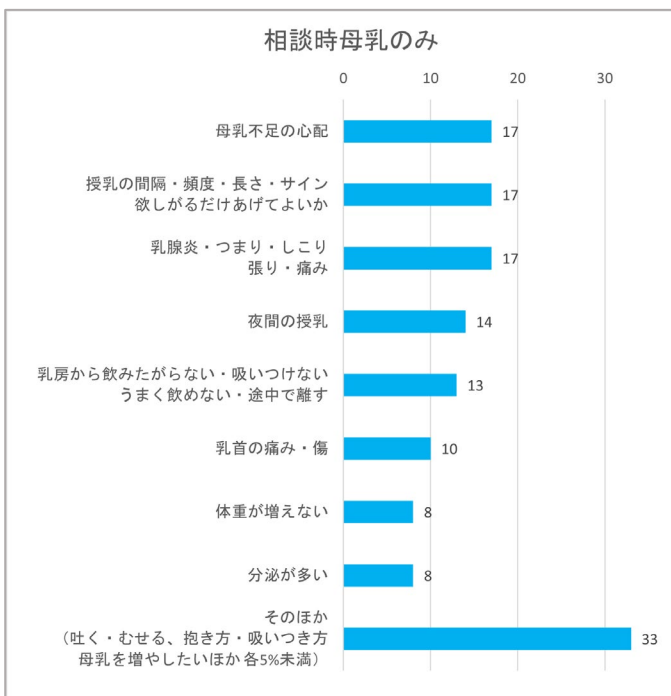
少し前の調査ですが、「平成 27 年乳幼児栄養調査」（厚生労働省）では、77.8%の人が「授乳について困ったことがある」と答えていて、中でも、生後 1 ヶ月時点で混合栄養だった人は、その約 9 割が授乳について困った経験があると回答していました。当団体の最近の LINE 相談でも同じように、母乳と乳児用ミルク両方を与えている人からの相談が最も多く、また、より強い困難を訴えることが多い印象があります。そこで、実際の相談データから、お母さんたちが、特に、ミルクを足しながら母乳をあげている場合に、どのような悩みを感じ、どのような思いを抱えているのか、その背景に何が見えるかをまとめてみました。

【LINE 相談窓口への相談内容（全体・概要）】



*2020 年 10 月～2023 年 4 月に LINE を通じて届いた相談 432 件
*内訳は、あらかじめ整えた質問によるものではなく、届いた相談をおおまかに振り分けたもの（1つの相談に複数の内容を含むものもある）

【生後半年未満の相談内容で多いもの（授乳方法別・詳細）】



*生後半年未満の相談時の授乳方法は、母乳のみ 31% 混合 52% ミルクのみ 2% 不明 14%（やり取りからの推定を含む）

相談全体の約 4 分の 3 を占める生後半年未満の相談をみると、母乳のみの場合は、「母乳不足の心配」「授乳のタイミング」「乳房のトラブル」などを中心にさまざまな悩みがまんべんなく見られます。一方、混合の場合は、「母乳を増やしたい・ミルクを減らしたい」と「乳房から飲みたがらない・吸いつけない」という相談が目立ちます。 *データの詳細は（補足 3）に記載

母乳を増やしたい、乳房から飲みたがらないというお母さんたちの声

相談の中で聞こえてくるのは、お母さんたちの辛い気持ちです。典型的な例をまず紹介します。（個別の相談内容を公表しない規約に基づく相談のため、実際の声をもとにアレンジしたもの）

「今はミルクの方が多いのですが、母乳の比率を上げたいです。今からでも母乳を増やすことはできるでしょうか。」

「出産施設には母乳だけで育てたいという希望は伝えていたのですが、特に説明なくミルクを補足されていました。補足後、赤ちゃんが乳房からの授乳を嫌がるようになりました。乳房から飲んでもらうと何度も試していますがうまくいかないことが多く、ミルクの量がどんどん増えています。」

「ミルクを減らそうとしたら大泣きされ、かえっていつもよりミルクを多くあげる結果になります。授乳のたびに、悲しい気持ちになります。」

「ミルクをあげると長時間寝てしまい、母乳を増やすための頻回授乳ができません。本当は母乳だけで育てたいのですが……。」

「混合ですが、少し前から母乳の飲みが悪くなりました。今は母乳を飲ませようとすると大泣きし、哺乳びんが与えられるまで泣き続けます。」

「突然おっぱいを嫌がって飲みたがらなくなりました。母乳だけにこだわるつもりはありませんが、乳房を拒否されるのがとても辛いです。先が見通せず不安で、うつになりそうです。直接授乳はもうあきらめるべきでしょうか。」

「赤ちゃんのために母乳でと思っていたけど、ここまでして母乳をあげたいのは自分のエゴではないか？ こんな日々が続くならミルクだけにして笑って育てる方がいいのではないかと、ぐるぐる思い悩んでいます。」

相談を寄せるお母さんたちは、何とか栄養を与えて育てなければならない赤ちゃんを前に、毎回の授乳ごとに、母乳が出るだろうかと不安に感じながら、どれだけ補足したらよいか困惑しながら、ミルクを足したら母乳がさらに減ってしまうのではと心配しながら、どうしたら母乳が増えるか途方に暮れながら、赤ちゃんが大泣きする声を聞きながら、飲みたがらない赤ちゃんを何とかなだめながら、おっぱいをあげたり、哺乳びんを与えたり、その間に体重を測ったり、哺乳びんを消毒したり、搾乳したり……と、昼夜問わず、本当にたいへんな日々を過ごしておられます。

授乳を困難にしているもの

このようなお母さんたちの様子を聞くと、「母乳はたいへん」という、よく聞かれる言葉が浮かぶかもしれません。けれども、このようにたいへんな思いをするのは、母乳をあげているからなのでしょう。母乳で育てたいと思うからなのでしょう。相談を受けていくと、多くの場合、背景に、次のいずれかの状況（複数のことも多い）があったことが見えてきます。

<出産施設で>

- ・はじめて授乳できるのは産後 1～数日経ってからで、その間赤ちゃんは哺乳びんでミルクを与えられていた（赤ちゃんがはじめてであるのは母乳ではなくミルクであり、乳房ではなく哺乳びん）
- ・授乳は「決められた時間」にしかできなかった（3 時間ごと、夜間はなしなど）
- ・1 回の授乳時間が決められていた（1 分、2 分、3 分、5 分など非常に短い）
- ・授乳後は毎回「決められた量」のミルクを足すよう指示された。または、授乳前後に体重を測り、「決められた量」に足りない分のミルクを足すよう指示された
- ・補足の目安として決められた量が、赤ちゃんの小さな胃に比べて多すぎる量だった
- ・授乳するときの抱き方や吸いつき方について支援が得られなかった。あるいはスタッフが赤ちゃんの頭をもって無理やり吸いつかせた
- ・乳首の形状や痛みなどに対して、すぐに乳頭保護器の使用を指示された。その際、保護器をやめていくためのフォローはなかった

<退院後>

- ・健診などで、体重が十分増えていない場合の対処として、ミルクを足す・増やすことだけが指示され、母乳を増やすための情報は得られなかった
- ・助けを求めて「母乳外来」や「母乳相談」へ行っても、「母乳を増やす」「乳房に吸いつけるようになる」ための具体的な情報・支援が得られなかった
- ・一定の時間あけての授乳や、授乳の長さの制限など、母乳分泌の機序に合わない指導を受けた

必要以上の負荷を防ぎたい

このように、困難の背景に共通点があるということは、すなわち、それを变えるだけでも多くの困難を未然に防ぐことが期待できるということではないでしょうか。中でも、特に次の 2 点は、負荷の大きさという意味でも、また、効果が期待できるという意味でも、早急な対応が望まれます。

(1) ルーティンでのミルク補足が困難につながっていることへの理解と対応

一般には「母乳が足りなければミルクを足す」というイメージがあります。しかし、実際には、ミルクを足しているうちの多くの場合において、まだ一度も母乳を飲ませていないうちからミルクが与えられています。そして、いざ母乳を飲ませ始めるときも、母乳が足りているかの個別のアセスメントや増やすための提案なしに、はじめから授乳がミルクとセットであることが、今の日本ではまだまだ多いようです。

そのようなスタートをしたお母さんの多くは、赤ちゃんのためにも母乳の割合を増やしていきたいと願います。けれどもそれは、シンプルな作業ではありません。

- ・母乳を増やすにはひんぱんに飲ます・たくさん飲み取ってもらうことが必要
- ・赤ちゃんが十分な栄養をとり続けるためには、急にミルクをやめるわけにはいかない
- ・ミルクを与えると、その分、母乳を与えられる機会・量が減る

これらの相反する要素のバランスを取りながら徐々に母乳を増やしミルクを減らしていくのは、かなり難しいタスクです。にもかかわらず、そのために必要な知識やフォローを与えられることなく、手探りでそれをするほかないという状況に多くのお母さんがおかれています。さらに、赤ちゃんが哺乳びんを求めて泣く、乳房を嫌がるなどにも直面し、やがて、「そんなにたいへんなら母乳にこだわらない方がいい」と各方面から言われ、母乳をあげたいという自然に湧き上がる気持ちにすら罪悪感を覚えるようになっていきます。これが、今、決して少なくない数のお母さんたちが経験している過酷な道のりです。

このように、医学的な根拠なく一律にミルクを与えるというスタートが産後間もないお母さんの心身の負荷につながっていることを、まずは多くの人、特に出産施設の方、行政機関の方に知っていただきたいと思います。そして、母乳について、その始まりの地点である出産前後に根拠ある支援が得られれば、その後の不要な負荷をどれほど防げるかということに焦点を当て、「産後ケア」ということがこれほど言われている今こそ、そこに資源が注がれることを願います。

(2) 「欲しがるときに欲しがるだけ」を合言葉に

相談を受けていると、授乳の間隔や1回の授乳の時間を制限する指導を今もよく見聞きします。母乳が足りているかを判断するとき、そして母乳を増やしていこうとすると、間隔や時間の制限が与える負の影響は非常に大きなものがあります。

時間制限があることで、十分に母乳を飲み取る前に授乳が切り上げられ、その分ミルクが必要になるケース。授乳の後半に出る脂肪の多い母乳を飲むチャンスが与えられないことで体重が増えないケース。授乳間隔をあけることで母乳が乳房にたまり続け、それによって分泌が抑えられていくケース。このように、母乳を増やしたいと願いつつ授乳を続けているにもかかわらず、母乳分泌の機序とかけ離れた時間制限が課されることで、いつまでも希望に近づかず心折れそうになっていく様子がしばしば見られます。

妊娠中から、出産施設で、産後ケアで、健診や訪問で、母乳外来で、どこに行っても、一貫して「母乳は、赤ちゃんが欲しがるときに欲しがるだけあげたい」という情報が共有されること。ただそれだけで状況が大きく改善されるケースが、たくさんあるのではないのでしょうか。

このように、産後すぐからのルーティンでのミルク補足が与える影響が広く認知され、その対応が変わること、そして、どこに行っても一貫して「欲しがるときに欲しがるだけ」という支援を受けられること。それだけでも、お母さんたちの必要以上の苦勞をずいぶん防ぐことが期待できそうです。

そして、「母乳外来」「母乳相談」という看板を掲げる場では、乳房にしっかりと吸いついて母乳を飲みとるための抱き方や吸いつき方を母と子自身が習得できるような支援が得られること。また、出産施設や産後ケア施設、健診、訪問などで具体的な母乳育児支援の提供がむずかしい場合には、その対応ができる場が紹介されること。それらが鍵となって、お母さんの授乳生活は「たいへん」ではなく、本来の穏やかでやさしいものとなっていく可能性がぐっと上がるのではないのでしょうか。

適切な情報を得た上で選択できることの大切さ

最後に、このようなたいへんな状況の渦中にあるお母さんからよく聞かれる思いを紹介します。

(実際の相談で聞かれた声をもとに、典型的な例としてまとめたもの)

「産む前は混合希望だったし、産後母乳がたいへんなときはミルクだけの方がいいかとも思いました。今ごろになって、赤ちゃんにとっての母乳の利点や母乳で育てるためのコツといった情報をはじめて知り、もっと早く知っておけばと後悔しています。」

「母乳だけで行けるようになってすごくラクになりました。おっぱいに頼ってばかりはダメかと気にしてたけど、「欲しがるたびにあげることで赤ちゃんの必要を満たしてあげられている」とわかって安心しました。おっぱいをあげれば赤ちゃんが落ち着くので、あえてこれなしに育児をするのは本当にたいへんなことだと思います。」

「出産前はミルクでもいいと思っていましたが、ひとたび授乳してみたら、母乳で育てたいと思うようになりました。授乳がこんなに幸せな気持ちになるものとは想像もできませんでした。我が子は本当にかわいいですし、おっぱいをしっかり飲んでるときは、さらに愛しきでいっぱいになります。」

妊娠中に出産施設から、母乳・ミルク・混合についての希望を聞かれたという人は多くおられます。けれども、判断に必要な情報提供を受けた上で希望を聞かれたという話はあまり聞きません。

- ・母乳がたいへんだった・出なかったという場合、多くは背景に支援や情報の不足があること
- ・母乳は、母と子両方の心身の健康に利点があるということが、多くの研究によってわかっていること
- ・実際に授乳してみると、母乳をあげたい思いが自然に湧いてくることも多いが、混合やミルクのみでスタートしてから母乳を増やして行くのは困難を伴うことも多いこと

こういったことを知った上での選択でなければ、真にお母さんの希望が尊重されているとは言い難いでしょう。

十分な説明を受けて納得した上で医療措置を選択できることの大切さが一般に共有されるようになった現代においても、赤ちゃんの栄養方法については、情報を提供されず、母乳がスムーズにいくための選択肢を与えられず、結果的に辛い思いをしている人がたくさんいるということが、広く認知され、社会全体で、その対応がなされることを強く願っています。

(補足1) よくある思い込みと知っておくと助けになる情報

母乳については、世間一般によくある思い込みがあります。長年一般にそう思われてきたものもあれば、営利企業が自社製品の販売促進のためにそのようなメッセージを流している場合もあります。また、支援者の発言からそう思うようになったという場合もあります。

適切な支援が得られないとき、そういった思い込みがあると相乗効果で困りごとになりやすい一方で、お母さん自身が適切な情報を知っている場合には、自分の感覚を信じ、数字よりも赤ちゃんをみることで、それを切り抜けていけることがよくあります。お母さん自身に適切な情報が届くことも、大きな助けになるでしょう。

次に、よくある思い込みと、それに対して科学的に明らかになっていることなど、知っているのと役に立つ情報をまとめました。

よくある思い込み	知っておくと助けになる情報
<ul style="list-style-type: none"> ● 出産したら母乳は自動的に出る ● 出産した日から母乳はたくさん出る 	<ul style="list-style-type: none"> ● 産後数日間の母乳は、にじむような感じ ● 生まれたばかりの赤ちゃんの胃はそれに見合うサイズ(サクランボくらい) ● 出産後赤ちゃんに乳房を吸わせることで分泌が促される
<ul style="list-style-type: none"> ● 生まれた日から体重は増加する 	<ul style="list-style-type: none"> ● 産後の数日、多くの赤ちゃんは生理的に体重が減少する
<ul style="list-style-type: none"> ● 赤ちゃんが泣いたら授乳する 	<ul style="list-style-type: none"> ● 赤ちゃんは泣く前に色んなサインでおっぱいが欲しいと伝えているので、泣くのは遅めのサイン ● 泣き始める前の落ち着いているときの方が上手に吸いつきやすい
<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳は乳房にたまったものを飲ます ● 乳房にためてから飲ませる 	<ul style="list-style-type: none"> ● たまったものだけではなく、吸う刺激でそのときに作られるものも赤ちゃんは飲んでいる ● 乳房に母乳がたまった状態が続くと、母乳の分泌は減っていく
<ul style="list-style-type: none"> ● スケールで測った哺乳量 = 母乳の製造・分泌能力 ● 毎日・毎回同じ量の母乳やミルクを飲ませる 	<ul style="list-style-type: none"> ● いわゆる「哺乳量」はある1回の授乳前後の体重差に過ぎない。赤ちゃんには個性も気分もあり、一度にたくさん飲むこともあれば、少しずつ何度も飲むこともある ● 母乳は飲む途中で成分が変わっていくので、同じ量の母乳でも、水分の多いものや脂肪の多いものがあり、同じ量を飲んだ赤ちゃんが同じだけ成長するわけではない ● 哺乳量を気にして不安になることで、かえって射乳反射が抑えられることもある
<ul style="list-style-type: none"> ● 搾乳できる量 = 赤ちゃんが飲んでいる量 	<ul style="list-style-type: none"> ● 搾乳にも練習がいる ● 赤ちゃんは、乳房にたまった母乳だけではなく、吸う刺激によってそのとき湧きだす母乳をより多く飲んでいる。母乳が湧きだす刺激を搾乳で与えるには練習がいることも多い
<ul style="list-style-type: none"> ● 赤ちゃんの体重増加不良 = 母乳分泌不足 	<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳は分泌されているが赤ちゃんが飲み取れていないという場合も多い ● 授乳の後半に出る脂肪の多い母乳を十分飲めていないこともある ● 授乳回数や授乳の長さを増やしたり、効果的に飲み取れるよう赤ちゃんの体勢や吸いつき方を見直したりすることによって改善することも多い

<ul style="list-style-type: none"> ● 授乳時間が長いと乳首が痛くなる ● 乳首が大きい・硬い・陥没しているなどの場合、授乳は難しい 	<ul style="list-style-type: none"> ● 乳首の痛みは、吸いつき方の見直しが必要というサイン。赤ちゃんの体勢と吸いつき方が適切なら、授乳の長さは乳首の痛みに影響しない。 ● 乳首だけではなく乳輪もしっかりと口に含むこと、そのとき赤ちゃんの体がねじれなくお母さんの体に密着して支えられていることが、乳首の形状にかかわらず授乳のポイントとなる ● 自分の体について自信を失うようなことを言われることそのものが母乳育児を難しくすることも多い
<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳もミルクも同じ 	<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳には、栄養以外に、赤ちゃんを病気から守る免疫物質や発達を助ける酵素やホルモンなども含まれている ● 母乳により、母子両方のさまざまな病気のリスクが低下することや、子どもの発達にとって好ましい影響があることが多くの研究から分かっている ● 生涯でより多くの量の母乳を飲む方がその効果が大きいことが分かっている
<ul style="list-style-type: none"> ● 直接授乳以外に補足が必要なときはミルクを足す 	<ul style="list-style-type: none"> ● 補足の第一選択肢として搾母乳を検討することができる
<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳が出ないのは妊娠中にマッサージしなかったから 	<ul style="list-style-type: none"> ● 妊娠中のマッサージは必ずしも必要なことではない ● 出産直後から赤ちゃんとお母さんがいっしょに過ごし、欲しがるときに欲しがらだけ授乳できるかどうかは母乳の分泌に影響する
<ul style="list-style-type: none"> ● 授乳クッションは必須アイテム 	<ul style="list-style-type: none"> ● 授乳するときは、まずお母さんがラクな姿勢をとり、そこに赤ちゃんを連れてくるのがポイント。そのラクな姿勢を保つために、クッションや枕・タオルなどが役に立つ(授乳クッションに限らない) ● 授乳クッションに載せた赤ちゃんの位置にお母さんの方が合わせようとすることで、吸いつき方が浅くなったり、お母さんの体に負担がかかったりすることも多い ● 授乳クッションにあおむけに乗せるイメージがあると、赤ちゃんのおなかとお母さんのおなかで密着できず、深く吸いつけなかったり乳首のトラブルにつながったりすることも多い
<ul style="list-style-type: none"> ● 預ける予定があるなら早いうちから哺乳びんに慣らしておくべき 	<ul style="list-style-type: none"> ● 赤ちゃんは、コップ、スプーン、スポイトなど、哺乳びん以外の方法でも授乳できる ● 早いうちから哺乳びんを使うと、乳房から飲むのを嫌がるようになることがある
<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳だけだと夜間がたいへん 	<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳は寝たままでもあげられる ● 母親の睡眠時間について、授乳方法による差はなかったという研究や、混合やミルクのみよりも母乳のみの方が睡眠時間が長かったという研究がある ● 出産して授乳しているお母さんは、短時間に深い睡眠を 1 日に何回も取れる体に変化している ● 赤ちゃんの近くに寝ていると、お母さんと赤ちゃんの眠りのリズムが合いやすく、対応しやすい ● 夜間に起きた家族が、寝ているお母さんの胸に赤ちゃんを連れてくるといったサポートをしている家族もいる
<ul style="list-style-type: none"> ● 母乳だけでなくミルクも飲めるとラク ● お父さんや家族と授乳を分担できるとラク 	<ul style="list-style-type: none"> ● 赤ちゃんが欲しがるときに欲しがらだけ母乳をあげると需要と供給がマッチする。そこにミルクが加わることで需要と供給のバランスが乱れると、乳房が張ったり、分泌が減ったりなど、かえって苦労が増すこともある ● 赤ちゃんと離れる必要があるときはしぼった母乳を与える選択肢もある ● 授乳を家族と分担するより、授乳以外の世話や家事を担ってもらう方がラクと感じるお母さんも多い ● 母乳がひとたび軌道に乗れば、授乳は負担よりも休息の時間となることが多い ● 授乳について困ったことがあるという人の割合は混合が最も多い

(補足2) 実際にお母さんが受けた、母乳育児を難しくする指導の例

相談では、「こんな指導を受けて辛かった」というさまざまな声をお聞きします。母乳について科学的に明らかになっていることに基づく指導が得られないことで辛い思いをすることがまだまだ多い現状が変わっていくことを願い、以下、実際にあった例を、いくつか率直に紹介します。このような現状を広く知っていただき、行政や医療機関で対策を検討いただく際の参考としていただければ幸いです。

<授乳のタイミングについての制限>

- 授乳時間と授乳時間の間は、赤ちゃんがおっぱいを欲しがってもあげてはいけない
- 授乳間隔は3時間くらいあくべき。あかないようなら、母乳をあげるのではなくミルクを足す
- 母乳は赤ちゃんが大泣きしてから、授乳以外ではおさまらないときだけあげる
- 母乳を乳房にしっかりためてから吸わせた方が、おっぱいがおしゃぶりではなく、ごはんだとわかるのでよい
- 頻回な授乳を減らすよう、夜間の授乳間隔をあけるよう言われた（特に負担を感じていなかったお母さん）
- 母乳をあげていいのは産後4日目から
- 授乳は授乳室でのみ可能で、母子同室の部屋で自由に授乳していたら、やめさせられた

<授乳の長さの制限>

- 授乳の長さは、1日目は1分、2日目は2分、3日目は3分...
- 1回の授乳では決められた長さだけ授乳する（左右5分ずつ、左右5分ずつ×2回など）
- 3分5分7分7分と左右交互にあげるように
- 両胸それぞれ〇分吸わせたら、あとはミルクを足す

<母乳やミルク摂取の目安が多い・ミルクの積極的推奨>

- 1回に補足するミルクの量は生後日数+1日×10ml
- 生後3日で、1回に100~150mlは飲ませるように指示
- 授乳前後で体重を測り、1日のミルク+母乳のトータル量がミルク缶の記載通りになるようにミルクを足す
- 小児科学会などで示されている目安よりも多めの数字を体重増加の目安として使用
- 頭囲や身長も伸び、健康や発達に問題ないとの診断を受けても、体重が少な目なら即ミルクを足すよう指示された
- 体重が減ってきているので、ミルクだけで育てたほうがよいと言われた
- 双子を母乳で育てるには搾乳しないとられないくらいたくさん出ないと無理と言われた
- 哺乳びんに慣れさせるために、寝る前にミルクを足すよう言われた
- 哺乳びんに慣れておくために毎日必ず哺乳びんを使うように言われた（母乳だけで足りているお母さん）

<そのほか>

- 母乳で寝かしつけるのはやめていったほうがよいと言われた
- 地域の助産師さん5人に相談したが、悩みを聞いてもらっただけで、現状維持以外のアドバイスももらえなかった（母乳量を増やしたいお母さん）
- 母乳のために、油物や甘い物を控えること、味の薄い野菜中心の食事を指示された（食の楽しみがなくなり、いっそ1日1食でいいのでは？と思うようになったお母さん）

(補足3) 相談データの詳細

<対象> NPO 法人ラ・レーチェ・リーグ日本の LINE 相談窓口が届いた相談

<相談件数> 432 件

*授乳以外の相談及び内容不明の相談を除く。同一の人からの新たな相談は別々の相談としてカウント。

<相談時期> 2020 年 10 月 19 日～2023 年 4 月 27 日

*LINE 相談窓口の開設は 2020 年 5 月 10 日。同年 10 月 9 日利用規約策定後に受けた相談を対象とした。

<相談時の状況>

妊娠中 4 件(1%)

生後半年未満 307 件(71%)

生後半年以降 111 件(26%)

月齢不明 10 件(2%) *早産の場合も修正月齢ではなく出生後の月齢

<相談内容の内訳>

赤ちゃんの成長に関するもの (母乳の量・ミルクの補足・体重など)	160	37%
飲ませ方に関するもの (飲みたがらない・うまく飲めない・抱き方・乳首の痛みなど)	128	30%
授乳のタイミングに関するもの (間隔・頻度・長さ・赤ちゃんの欲しがらるサインなど)	73	17%
乳房のトラブル (乳腺炎・つまり・しこり・張り・痛みなど)	42	10%
さまざまな赤ちゃんの様子 (吐く・むせる・ムラ・哺乳びんなどを嫌がる・哺乳ストライキなど)	40	9%
そのほか (病気、卒乳、離乳食、職場復帰、きょうだいなど)	118	27%
合計	561	*上記は全相談に占める割合

*内訳は、あらかじめ整えた質問によるものではなく、届いた相談をおおまかに振り分けたもの

*1つの相談に複数の内容を含む

*項目の分け方についてはさまざまな考え方がありえるが、ここでは上記のように分けた

<生後半年未満の相談の詳細>

相談時の授乳方法		
母乳のみ	96	31%
母乳と乳児用ミルク(混合)	161	52%
乳児用ミルクのみ	6	2%
授乳方法不明	44	14%
合計	307	

*やり取りからの推定含む

*「母乳のみ」には、「たまに母子が離れるときはミルク」というケースを含む

相談内容（生後半年未満）	母乳のみ	混合栄養
赤ちゃんの成長と母乳やミルクの量		
母乳不足の心配	17	25
母乳を増やしたい・ミルクを減らしたい	3	59
体重が増えない	8	16
便や尿、赤ちゃんの様子と母乳量・成長について	3	6
補足の仕方	0	10
分泌が多い	8	5
その他	1	1
授乳のタイミング		
授乳の間隔・頻度・長さ・サイン・欲しがらだけあげてよいか	17	12
夜間の間隔・頻度	14	6
飲ませ方		
乳房から飲みたがらない・吸いつけない・うまく吸いつけない・途中で離す	13	54
抱き方・吸いつき方など	4	2
乳首の痛み・傷	10	7
そのほか	0	1
赤ちゃんの様子		
吐く・むせる・ガス	4	5
ムラ・遊び飲み・引っ張る・噛む・いじる	1	0
哺乳びんやミルクを嫌がる・むせる	4	5
哺乳ストライキ	0	0
そのほか	2	0
乳房のトラブル		
乳腺炎・つまり・しこり・張り・痛み	17	7
卒乳・断乳		
断乳について	0	1
断乳、卒乳後の乳房のケア	0	1
職場復帰・赤ちゃんと離れる		
職場復帰・赤ちゃんと離れる	1	2
きょうだい		
きょうだい同時期授乳・次の子ども・上の子への対応	1	0
赤ちゃん返り・上の子への対応	0	1
双子の授乳	1	5
そのほか	1	0
お母さん・赤ちゃんの病気		
薬の服用・ワクチン接種など	1	0
お母さんの病気・入院・手術	0	1
感染症と授乳	1	1
赤ちゃん入院中の母乳維持・搾乳	1	0
そのほか		
母乳の質・親の食事・サプリメント	1	1
帝王切開後入院中	1	0
体重増えすぎ？のみすぎ？	1	0
豊胸術をうけた	0	1
D-mer	0	1
アルコール	1	0
合計	137	236