



在米 
薬剤師
SAKINAの
アメリカ子育て体験談

普通の日本の6年制薬学部を卒業し薬剤師勤務していた薬剤師 SAKINA は、結婚を機に渡米。そして、妊娠・出産からの一人子育て・・・薬剤師目線で、日本女子目線で語る アメリカでの体験と日米の違いからの学び

第5回 アメリカの搾乳機について

薬剤師の SAKINA です。今回は母乳育児に関わる搾乳機についてお話ししたいと思います。

まず、アメリカでは搾乳機のことを breast pump (ブレストパンプ) と言います。アメリカにはいろいろなタイプの搾乳機が売られていて、特に電動搾乳機が普及しています。その理由の一つとして、アメリカでは出産後早く職場復帰しないといけないママたちが多く、時短でできる搾乳機が求められているからではないかと思います。妊娠中に参加した母乳育児に関するクラスでも搾乳機に関する話が盛り込まれていて、職場復帰しても搾乳機を使って母乳育児を続けるように推奨していました。職場で搾乳する場合もあるようで、そういった場合に便利などこでも使用できるコードレスやハンズフリーのものなども売られています。

価格は手動式のほうが安いですが、電動搾乳機でも加入している保険によっては無料でもらえたり割引の値段で買えたりします。

[次ページへつづく]



< 搾乳機の種類 >

手動式搾乳機



シングル電動搾乳機
(片方ずつ搾乳)

ダブル電動搾乳機
(両方の胸で同時に搾乳できる)



ハンズフリーの電動搾乳機 (ブラジャーの中に入れて搾乳する)



便利な付属品も売られていて、
専用の持ち運び用バックがあるものもあります。

[次ページへつづく]





・・・体験談・・・

私はラクテーションコンサルタントより母乳量を増やすために搾乳機の使用を薦められました。その際使ったのはダブルの電動搾乳機でした。指示内容が5日間毎回の授乳後5分間搾乳することでなかなか面倒くさかったのですが、両方の胸を同時に搾乳でき時間短縮につながったのと、電動でなんの労力も使わなかったのがなんとか続けることができました。その後も最低でも1日1回は搾乳するように勧められ、生後1か月くらいまでは定期的に使用していました。徐々に搾乳された母乳量が増えたので、搾乳機を使用してよかったです。



お世話になった電動搾乳機。機械がチューブを通して空気を吸引することで、間接的に乳首が引っ張られ搾乳される仕組みになっています。

