



Welcome Baby

うえるかむ べびい



産科通信

第33号 (2014.07)

みなさんいかがお過ごしですか。夏が到来し、あせもの季節です。予防には、こまめに肌着を取り替えること、汗を拭き取るときは優しく肌を押さえ拭きすること、肌に汗をとどめておかないことがあせも予防のポイントです。産まれてくる赤ちゃんのためにも、覚えておいてくださいね。

今回は、パパの育児参加についてお話ししたいと思います。

「パパの育児参加」と聞くと、何を思い浮かべるでしょう。

赤ちゃんの沐浴?おむつ交換?などを思い浮かべる方が多いかもしれません。ですが、一番大切なことは「ママ、今日もありがとう」この一言なんです。

出産をし、新しい家族を迎えると、また新しい家族の形が始まります。今まで、当たり前に行っていた家事ができなくなることもあり、そこで悩むママも少なくありません。また、「なんでできないの?」といったパパや家族の声に傷つき、悩むママもいます。**パパの育児参加というのは、ママをいたわること。**これにつきます。母乳をあげることはできなくとも、母乳をあげているママをいたわることができます。温かいお茶を出したり、授乳中に肩をマッサージしたり。ママが精神的に支えられた状態は、育児や家事への励みになります。「パパ、ありがとう」といった気持ちのゆとりもできます。



ママは、不慣れで自分とは同じようには育児ができていないパパにイライラすることもあるかもしれません。最初に赤ちゃんを抱っこしたときの慣れない感覚を思い出し、パパを見守ってくださいね。赤ちゃんが、歩くようになり、活発に走り出したとき、頼もしい遊び相手に変身してくれますよ!



ママのしてほしかったこととパパが育児していたことがすれ違っていたりすることもあります。産後クライシスの予防のためにも、パパや家族と産後の生活について、家族で話し合ってみるとよいですよ。がんばれ、未来のパパ!!

