

- 母乳育児の現代史
- お母さんへの利点
- 準備
- 新生児
- 帝王切開
- 肌と肌との接触
- 母乳の赤ちゃんへの利点
- 初めは大変？
- どのくらい飲むか
- おっぱいを欲しがるサイン
- お母さんの姿勢
- 赤ちゃんの姿勢

- 吸い付き方
- 眠りがちな赤ちゃん
- 舌小帯短縮
- 乳房の適切なケア
- 乳頭痛
- 扁平乳頭・陥没乳頭
- 大きくて柔らかい乳房
- コツ
- 乳房の張りすぎ
- 補足栄養について
- カップ授乳



- 哺乳びんとおしゃぶり
- 早産の赤ちゃん
- 器械や手による搾乳と保存
- 母乳が足りないのかしら？
- 夜間の授乳
- 乳管のつまり・乳腺炎
- 母親同士のサポートグループ
- 愛情にあふれたケア-人工乳で育てる場合
- ふたご・みつご
- 仕事への復帰
- 何歳まで続けるの？

映像

ノルウェイ国立母乳資源センター
監修

グロ・ナイランダー(オスロ大学産科医)

日本語版制作・発行

NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

税込価格 JALC 会員 ¥2,916

(送料別) 会員以外 ¥3,240

JALCSHOP からお買い求めになります。 <http://jalc.net-jp>