

しあわせおっばい通信

岐阜県総合医療センター 心理 (Vol.56) 2025年 春号

今回のテーマは

「おっばいとおとうさん」です



男性にも乳首があるのは、人間はそもそも受精卵の段階ではみな女性的な体になるように作られており、乳首は胎児が6週目までにつくられる部分だからだそうです。ただ心理学的には、おっばいとおとうさんには大切な役割があります。

母乳で育てるお母さんにとって、卒乳は大変なストレスの時期です。

お子さんは母乳から離れることができず、今まで以上に気持ちのコントロールが難しい時期を迎えますし、お母さんも泣いたら母乳をあげさえすればおさまるのに、あげられない・・・と葛藤を感じます。少くくらいあげればいいのか、と思うと卒乳が進まないこともあります。また、お母さん自身が母乳をやめることが悲しくてストレスを感じますし、いつまでも泣き止まない子どもにいら立ちを覚えることもあります。お母さんの仕事復帰や子どもの入園など、致し方のない理由で卒乳の時期を迎えるわけですが、二人が不安定になっているこの時期こそ、お父さんの力が必要なのです。

お父さんは、泣いておっばいを欲しがるお子さんに、白湯や飲み物を用意してあげることができます。おっばいを欲しがる前に、水分の補給をしてあげると泣かずに済むこともあります。そしてお子さんの気持ちを惹き、お母さんとおっばいに目を向けないようにしてあげることができます。この時期は、少しずつお母さんから離れた場所で遊べるようになってきますので、お父さんが楽しい遊びにいきなるとよいでしょう。「あれみて!」「これ一緒にやってみよう!」と好奇心を掻き立てるようなものに出会える、お父さんの指さす方向と同じところをみて「すごいね～」など共感しあえる、そして帰宅してからも「楽しかったね」と感想を共有できる、そんな冒険はお父さんをお願いすることがうってつけなのです。お子さんも、たくさん動いて、たくさん汗をかいて、たくさん水分を飲んで疲れたら、おうちについたら気持ちよく眠れるものです。お母さんにとってはおうちでゆっくり休める時間ができて、久しぶりに自分を取り戻す時間になるので一石三鳥といったところですね。



母乳育児は身体的にも大変ですが、責任から精神的にも大変な体験です。お父さんは、長い母乳育児の終わりを手伝い、労をねぎらえる関係でいたいですね。