

발육 급진기와 모유 수유

발육 급진기(Growth Spurt)란?

발육 급진기란 아기의 발육 속도가 빨라지고 식욕이 강해지면서 경우에 따라 성격도 까다로워지는 기간을 말합니다. 발육 급진기는 보통 며칠간 지속됩니다.

이 시기에 아기는 모유를 더 자주 먹고 싶어합니다. 발육 급진기에는 시간마다 몇 분씩 젖을 찾는 것이 정상입니다.

더 자주 수유를 하면 산모의 몸에서도 아기의 요구를 충족하기 위해 더 많은 모유를 만들어 냅니다.

발육 급진기의 가능한 징후들

아기가:

- 까탈을 부린다.
- 계속 젖을 찾는다.
- 밤에 더 자주 깬다.
- 모유 수유 중에 까탈스럽다.
- 모유 수유 후에 까탈스럽다.
- 엄마 가슴에서 멀어지려고 한다.

엄마는:

- 유방이 물렁하게 느껴질 수 있다.
- 유방이 “빈” 것처럼 느낄 수 있다.
- 젖이 뚝어져 나오는 것이 약해진 것처럼 느껴진다.
- 모유가 충분하지 않다고 생각할 수 있다.

발육 급진기를 염두에 두어야 할 시기:

- ⇒ 생후 7~10일
- ⇒ 생후 2~3주
- ⇒ 생후 6주
- ⇒ 생후 3개월 및 이후 2~3개월마다



발육 급진기 동안 여러분이 해야 할 일:

- 며칠간 모유 수유를 더 자주 하도록 계획합니다. 모유량이 조절될 것입니다.
- 유방이 물렁하고 예전만큼 가득 찬 느낌이 아니더라도 놀라지 마십시오. 지극히 정상이며, 몸에서는 계속 모유가 만들어지고 있습니다! 계속 모유 수유를 하십시오.
- 가급적 아기에게 분유를 주지 않도록 하십시오. 분유를 주면 모유량이 줄어들 수 있습니다.
- 대소변 횟수(기저귀)를 세어 아기가 충분히 모유를 먹고 있는지 확인합니다.

아기의 월령	1일 소변 기저귀 수	1일 대변 기저귀 수
생후 7일~1개월	6개 이상	황색의 묽고 지저분한 대변 3개 이상
생후 1~4개월	6개 이상	황색의 묽고 지저분한 대변 3일에 1개~1일 1개 이상
생후 4~6개월	6개 이상	황색의 묽고 지저분한 대변 1개

우려되는 점이나 문의 사항이 있는 경우 전화하세요!
모유 수유 헬프라인(Breastfeeding Helpline): 888-278-6455



PHFE WIC 프로그램
 1-888-942-2229
 문자: 91997
www.phfewic.org
www.WICOnlineEducation.org
 본 기관은 균등 기회 제공 기관입니다.

