

出産前だけじゃない！ 授乳中も気にしたい栄養素

母乳に含まれる栄養成分に関して気になったことは？

(単一回答)



ある
76.7%



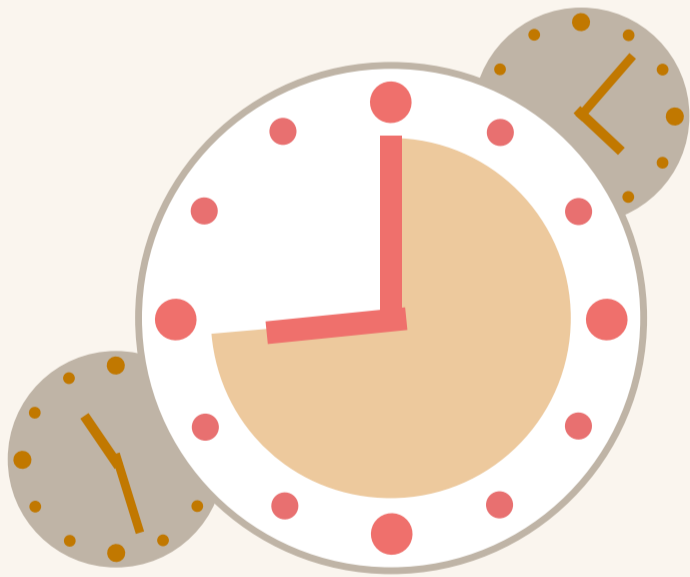
ない
12.8%

母乳育児中のママが摂りたい栄養素



出産後、計画的に栄養素の補給などができなかった理由は？

(複数回答)

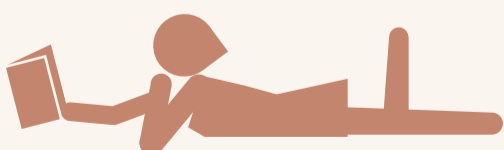


育児に時間が費やされ
自身のケアを行う時間がなかった

73.8%

赤ちゃんに意識が集中し、
自身のケアに気が回らなかった

61.3%



特に自身のケアに興味なかった 3.8%

出典：ピジョンインフォで2015年3月に実施した「母乳栄養」に関するアンケート（回答：453件）