

모유수유기록표 ①

모유수유를 제대로 하기 위해서는 생후 1주 이내에 소아청소년과를 방문해서 아기가 잘 먹고 잘 자라고 있는지 확인하는 것이 반드시 필요합니다. 이때 출생 당일부터 하루 종일 아기가 젖 먹은 시간과 횟수, 대소변 횟수와 상태를 기록해서 가면 모유수유 상태에 대해 정확한 평가를 받을 수 있습니다. 이 첫 정기 점검 시기인 생후 5-7일 정도가 되면 하루에 너무 진하지 않은 소변을 6번, 대변은 3-4번 이상 보아야 엄마 젖을 충분히 먹고 있다고 볼 수 있습니다. 다음 표에 수유 시간과 대소변 횟수를 표시해 보세요. 그리고 태어난 지 1주 이내에 반드시 소아청소년과를 방문해서 아기의 상태와 모유수유에 대해 적절한 평가와 조언을 받으시기 바랍니다. 정확한 기준은 아니지만 흔히 1회 대변으로 간주하는 양은 500원짜리 동전 크기(직경 2.5cm) 정도, 소변 기저귀의 경우 적어도 30cc 이상 소변을 본 경우를 1회로 봅니다.

예 시

출생 첫날 | 하루 종일 20~100cc

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정도가 되어야	8~12 회			
소변 횟수	✓	✓																									총 (2) 회	★1회 기준: 30cc	1 회
대변 횟수	✓																										총 (/) 회	★1회 기준: 500원 동전 크기	1 회

출생 첫날 | 하루 종일 먹는 양 20~100cc

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정도가 되어야	8~12 회			
소변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회	★1회 기준: 30cc	1 회
대변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회	★1회 기준: 500원 동전 크기	1 회

생후 2일 | 하루 종일 먹는 양 50~150cc

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정도가 되어야	8~12 회			
소변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회	★1회 기준: 30cc	2 회
대변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회	★1회 기준: 500원 동전 크기	2 회

생후 3일 | 하루 종일 먹는 양 150~300cc

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		3 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		2 회											

생후 4일 | 하루 종일 먹는 양 400cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		4 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		3 회											

생후 5일 | 하루 종일 먹는 양 500cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		5 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		3 회											

생후 6일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4 회											

생후 7일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4 회 이상											

생후 8일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4회 이상											

생후 9일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4회 이상											

생후 10일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4회 이상											

생후 11일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4회 이상											

생후 12일 | 하루 종일 먹는 양 600cc 정도

수유 시간	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	정오	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	자정	이 이 정 보 가 되 어 야	8~12 회
소변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 30cc		6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 총 () 회												★1회 기준: 500원 동전 크기		4회 이상											