

모유 수유 기록표 ①

모유 수유를 제대로 하기 위해서는 출생 후 1주 이내에 소아과를 방문하는 정기점검을 확립하는 것이 매우 중요합니다. 이 때는 출생 당일부터 하루 종일 아가가 젖 먹은 시간과 횟수, 대소변 횟수와 상태를 기록해서 가야 모유 수유 상태에 대해 정확한 진단을 받을 수 있습니다. 출생 후 첫 정기점검 시기인 생후 5~7일 정도가 되면 아가가 하루에 너무 진하지 않은 소변을 6회, 대변은 3~4회 이상 보아야 엄마 젖을 충분히 먹고 있다고 볼 수 있습니다. 다음의 표에 수유 시간과 대소변 횟수를 체크해 보십시오. 그리고 꼭 출생 1주 이내에 소아과에 방문하셔서 아가의 상태와 모유 수유 상황에 대해 적절한 조언을 받으시기 바랍니다. 정확한 기준은 아니지만 흔히 1회 대변으로 간주하는 양은 100원짜리 동전 크기(직경 2.5cm) 정도, 소변 기저귀의 경우 적어도 30~60cc 이상의 소변을 본 경우 1회로 간주하기도 합니다. 모유 수유에 대한 자세한 내용은 대한모유수유의학회의 홈페이지(<http://www.bfmed.co.kr>)에서 확인하실 수 있습니다.

예 시

출생 첫날 | 하루 종일 10~100cc

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 정 기 점 검 이 되 어 야	8~12 회		
소변 횟수	✓	✓																									총 (2) 회 ★1회 기준: 30~60cc	1 회
대변 횟수	✓																										총 (/) 회 ★1회 기준: 100원 동전 크기	1 회

출생 첫날 | 하루 종일 먹는 양 10~100cc

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 정 기 점 검 이 되 어 야	8~12 회		
소변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회 ★1회 기준: 30~60cc	1 회
대변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회 ★1회 기준: 100원 동전 크기	1 회

생후 2일 | 하루 종일 먹는 양 10~120cc

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 기 점 검 이 되 어 야	8~12 회		
소변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회 ★1회 기준: 30~60cc	2 회
대변 횟수	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	총 () 회 ★1회 기준: 100원 동전 크기	2 회



생후 3일 | 하루 종일 먹는 양 200cc

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 표 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: 30~60cc	3 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫												총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	2 회											

생후 4일 | 하루 종일 먹는 양 400cc

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 표 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: 30~60cc	4 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫												총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	3 회											

생후 5일 | 하루 종일 먹는 양 600cc

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 표 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: 30~60cc	5 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫												총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	3 회											

생후 6일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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 표 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: 30~60cc	6 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫												총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4 회											

생후 7일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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 표 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: 30~60cc	6~8 회											
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫												총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4~12 회											



생후 8일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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: 30~60cc	6~8 회												
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫											총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4~12 회												

생후 9일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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: 30~60cc	6~8 회												
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫											총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4~12 회												

생후 10일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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: 30~60cc	6~8 회												
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫											총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4~12 회												

생후 11일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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: 30~60cc	6~8 회												
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫											총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4~12 회												

생후 12일 | 하루 종일 먹는 양 700~800cc

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: 30~60cc	6~8 회												
대변 횟수	① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫											총 () 회	★1회 기준: 100원 동전 크기	4~12 회												