



“おっぱい”をあきらめないで

ぐんま母乳育児をひろめる会事務局長

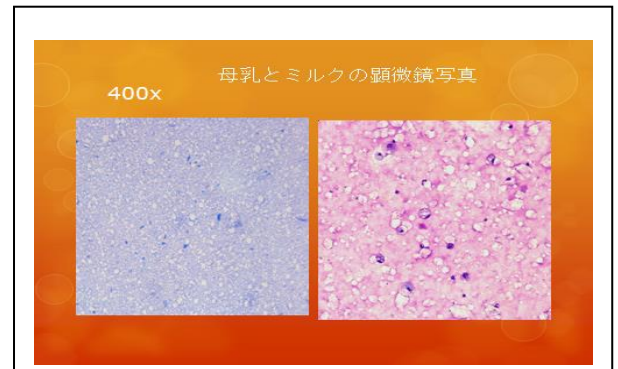
前橋協立病院 医師

国際認定ラテーションコンサルタント 深澤尚伊

健やかに育つための栄養と、感染症 に対応する免疫、そして大人になっ てからの糖尿病や一部の癌にもな りにくいミラクルがつまっている

厚生労働省の5年毎に行われる全国調査でも、妊婦さんの90%以上は「母乳で育てたい」との意向が示されています。小児科医からのメッセージも、母乳のメリットを母親となる人だけでなく、社会全体が「母乳を続けられる社会環境」を作れるように応援したいものです。群馬大学小児科学教室は、当初より女性医師を中心に、自らが母乳での子育てを実践しながら、そのメリットを積極的に社会に向けて発信するとともに、電話での相談を受けるなどの活動を続けてきていました。2010年に、さすがに時間の経過で世代交代が必要となり、私たちにその活動の継承を依頼され、組織の再構築を行いました。現在は、代表が県立小児医療センターで新生児科丸山憲一部長、事務局長を私が担当し、県内の助産師・看護師・医師歯科医師・当事者らが世話人となり、講演会や相談会、それぞれの持ち場での母乳育児に関わる相談活動を行っています。

タイトルに書いたように、母乳は単に栄養提供の液体ではなく、赤ちゃんが育つ上での栄養となるよう脂質も蛋白質も糖質もうまく構成されています。最近では、マスコミからも多くの健康情報が提供されおなじみとなっている栄養素がたくさん含まれています。脂肪は抗炎症効果の知られている多価不飽和脂肪酸が多く、



蛋白質は、当然ですが成長に必要な必須アミノ酸、様々な生体防御因子の免疫グロブリン・ α ラクトアルブミン・リゾチーム・ラクトフェリンやラクトアルブミンなど。炭水化物は、乳糖を主とし、ビフィズス菌の成長を促進するオリゴ糖も含まれ、生まれて30日目までにビフィズス菌が腸内に定着します。母乳を飲んでいる間にできた、抗炎症能力は、その後の人生にも影響し、現在までに、WHOでも認められている母乳の長期効果の中には、成人してからの肥満・糖尿病・白血病などのある種の癌などがあります。

栄養も免疫の働きも

オーダーメイド

写真は、ミルクと母乳を400倍拡大したものです。違いに気が付きますか？右側が母乳(同じ職場の小児科医の赤ちゃんに行くべき貴重な初乳の一部をいただき撮影させていただきました)左がミルクです。母乳には、リンパ球などの白血球がたくさん含まれているのがわかります。現在では、ミルク会社の研究も進んで、「母乳に近い」という宣伝文句をよくみますし、実際免疫に働く蛋白質などの研究は、企業努力によるところが大きいと思います。しかし、この項で述べる免疫は、量産するミルクでは決してできない、オーダーメイド免疫の話です。私たちの社会には、夏風邪と言われる様々なウイル

ス、秋から冬に多いRSウイルス、インフルエンザウイルス、ノロ・ロタなどの胃腸炎をおこすウイルス、この他にもマイコプラズマ等々覚えきれないほどの微生物による攻撃にさらされます。人間の気管支や腸管には、その粘膜下に付随リンパ組織があり、母親の気道・腸管で普段はみない微生物がいて、それを抗原(敵)と認識し、その情報を受け取ったBリンパ球が、乳腺に集まり、認識した抗原に対する、専用の(特異的)分泌型IgA抗体を産生します。すなわち、今このお母さんと一緒にいる赤ちゃんに必要な特効薬が母乳中には含まれているのです。

ミルクの出番はどんな時？

少ないスペースなので、駆け足で母乳のメリットを知って欲しくて書いてきました。では、どんな時にミルクを準備すればよいのでしょうか。いろいろ工夫してがんばったけど母乳が足りなくて、「体重が増えない」など様々な理由で、ミルク(最近は粉ミルクだけでなく、東日本大震災以後、きれいな水を用意するのも大変、という時のために、液体ミルクなども開発されています)を、購入しておかなければいけない状況がある場合もあります。

母乳の分泌が少ないかどうかは、必ず助産師や小児科と相談して、解決策がないか検討してほしいものです。

実は、母乳が十分にでるためには、周産期に関わる専門スタッフの対応の見直しや、不必要に、医師や周囲の人々から、授乳を抑制されることのある今の「文化」についての再考が必要なのです。

例えば、大災害が起こったときに、母乳だけで育てている赤ちゃんにまで、ミルクを届ける事は、せっかくでている母乳分泌を減らしてしまうことになりかねません。母乳は、乳房が空になることで、分泌量が増える自動調節がされています。少しでも残っていると、乳房は、母乳分泌を不必要と判断し生産が減るのです。ミルクを渡すべきは、それまで部分的にでもミ

ルクを必要としていた赤ちゃんだけにして欲しいものです。そして、ミルクを提供する時には、同時に、きれいな水と70℃以上に加熱できる調理セットが必須です。粉ミルクの場合、ただ溶ければ良いというものではなく、70℃以上にして殺菌するという作業が必要だからです。

群馬でおっぱいが飲める子を

増やしたい

群馬県では、毎年赤ちゃんの栄養方法についての調査結果を出しています。90%以上のお母さんが、できれば母乳で育てたいと望んでいながら、地域によっては人口乳だけで育てられている赤ちゃんが30%~40%という実態が明らかになっています。

これには、周産期医療に関わる私たちの実践の見直しと周囲への情報伝達の不足が大きく影響していると思います。母乳の分泌は、生まれた直後からの赤ちゃんの乳房を加える・乳頭に吸われるという刺激を与えるという協力が必要です。赤ちゃんが空腹になったら、その都度授乳するという機会が与えられなければならないのに、最も重要な出生から間もない時期に母子が分離され、例えば3時間ごとのような機械的なもぐもぐタイムが設定されていたりなど。その反省も含めて、毎年、公開の学習会を開催したり、内部の研究会を開催したりしてきました。今年は、あえて、母乳の行き届かない赤ちゃんが多いという調査結果のでている地域での開催で、より多くの方々の参加を求めてゆこうと計画しています。

