

母乳育児の神秘



11. 母乳育児を長く続けることの意味 その1

これまで、母乳が持つ様々な利点、栄養、免疫、病気の予防などについてお話してきました（きらりのバックナンバーをご覧ください）。今回は、母乳を長く続けるほどお母さんや赤ちゃんにもより効果的だというお話です。

生後しばらくの間、赤ちゃんは母乳の力で多くの病気から守られます。そして、その後も将来にわたって糖尿病、炎症性腸疾患、肥満、生活習慣病等、多くの病気から守ってくれることが分かっています。またこの効果は母乳育児が1歳、2歳と長く続けるほど強くなります。お母さんへの効果も同様です。閉経前の乳がん、卵巣がん、高齢になってからの大腿骨の骨折が少なくなります。これらの効果も母乳育児を長く続けるほど強くなります。

また、スキンシップや授乳行動（もちろん母乳に限らず）は母子をつなぐ大切な絆です。赤ちゃんの感じるさまざまな欲求や不安はお母さんが「触れて抱っこして目をみつめて話しかけながら授乳する」ことによって満たされ、安心感に変わっていきます。このことは、自分で歩けるようになって行動範囲や周囲への興味が大きく膨らみだしてから変わりません。それと同時に、周囲に対する警戒心や恐れ、周囲が自分の思い通りにならないことがわかるようになってきます。このとき、子

もはお母さんの胸に戻ってきます。優しく抱きしめてあげてください。そして、求められればおっぱいを吸わせてあげてください。

こういったことを繰り返していくうちに、自分で心の葛藤を少しずつ解決していけるようになっていきます。そして、自分から「卒乳」していきます。卒乳の世界標準は2歳（WHO）です。

今回は、母乳育児を長く続けることを妨げる多くの誤解・誤情報についてのお話です。

住吉母子医療センター情報紙「きらり」のバックナンバーを掲載しています。

当センターホームページにあります「大阪府共同住吉母子医療センターについて」のバナーから、ページ下部の「広報誌」よりPDFデータをご覧いただけます。妊婦さんとお子さんのための情報が満載です！ぜひご利用ください。



住吉母子 きらり

医療機関の皆様へ

設置ご協力をお願い

住吉母子医療センター情報紙「きらり」の設置にご協力頂ける医療機関様を募集しております。貴院への設置にご協力いただける場合、または送付希望部数を変更される場合は、右記QRコードよりメールをご送信いただきますようお願い申し上げます。



Kyuseisogo@opho.jp 医療機関専用

●次号の発行は2022年4月予定●

お問い合わせ

地方独立行政法人 大阪府立病院機構
大阪急性期・総合医療センター
大阪府市共同 住吉母子医療センター
06-6692-1201 (代表) 平日 9:00 ~ 16:30

住吉母子医療センター情報誌

きらり

vol. 12
2021.12



Topics

産科の医師に聞く！

妊婦さんに知ってほしい！
新型コロナウイルスワクチンのはなし

母乳育児の神秘

シリーズ⑪
母乳育児を長く続けることの意味 その1

小児科知識

気を付けて！
口の中に入るもの

産科の
医師に
聞く！



妊婦さんに知ってほしい！
新型コロナウイルス
ワクチンのはなし

これまでこのコーナーでは、予防接種（ワクチン）の話の繰り返ししてきました。これを読んでいただいている妊娠中の皆様とご家族は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に対するワクチン接種はもう完了されましたでしょうか？

第5波の感染が9月から10月にかけて急速に収束したのには、皆様が一丸となってワクチン接種をすすめて、免疫を持つ人が増えたことが大きく寄与していることは確実だと思われます。10月末にはワクチン接種を完了した人は全人口の70%を越えており、アメリカ、イギリスを追い越して、カナダなどに次いで世界トップレベルの水準となっています。

これだけ感染が下火になってくると、まだワクチン接種を受けていない人たちが、もうワクチンがなくても大丈夫なのではないかと考えて、接種者が増えてなくなってしまうことが心配されます。特に妊婦さんについては、不安感から接種を受けずに様子を見ていた人が、そのままもう打たなくても大丈夫と安心してしまふことが心配です。

しかし、海外の状況を見ていると、このまま感染者数が下がったままで済むとは思えません。ワクチン接種後のブレークスルー感染も問題ですが、欧米では新規感染者の多くは、ワクチン未接種者と、ワクチン接種の対象外となっている子どもが占めているようです。日本でも今後、同じような感染再拡大が予想されます。

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は、感染自体が軽症で終わっても、回復後にロング COVID と呼ばれるさまざまな後遺症で悩む人が一定数おられることがわかってきています。また、妊婦さんが COVID-19 に感染した場合、通常の方に比べて（特に妊娠後期では）重症化する割合が高くなる傾向があります。重症化やコロナの後遺症の予防には、ワクチン接種が高い効果をもつことがわかっていて、これらについてはワクチン接種後6カ月以上たってもその効果が確認されています。妊娠中のお母さんが作った新型コロナウイルスに対する抗体は、胎盤を通しておなかの中の赤ちゃんにも与えられます。これによって生まれてきた赤ちゃんをしばらくの間新型コロナウイルス感染から守る効果も期待できます。一方、今後登場してくる内服治療薬は、妊娠中は使えない可能

性が高いのです。妊娠中のコロナワクチンの予防接種については、通常の方と同様に安全であることが確認されています。妊娠のどの時期でもワクチン接種を受けて頂いて大丈夫です。ワクチンをまだ受けていない方は、是非今のうちに家族の方と一緒に接種を受けましょう。

特に上にお子さんがいらっしゃる場合、そのお子さんが家庭内にコロナウイルスを持ち込み、ご自身がそこから感染する可能性が高くなります。小さいお子さんがワクチンを受けるのは、もし行われるとしてもまだまだ先のこととなります。すでにお子さんのいらっしゃる妊婦さんは、ワクチン接種がより必要です。

昨年はインフルエンザの流行はありませんでしたが、今年は安心できません。ぜひインフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンの両方を受けてください。新型コロナがなくなってしまうことは今後も期待できません。妊婦さんこそワクチンで守られることが必要です。こんな季節ですが、皆様がワクチン接種を受けて、安心して出産を迎えられることを祈念いたします。



産科・小児科の
先生に聞いてみたい
アレコレを募集中!!

きりぎりでは、診察中には聞きにくい素朴なギモンや、子育てに関するウワサの真相など、産科・小児科の先生に聞いてみたい小さなギモンを大募集しています!! 下記のQRコードよりメールにて、みなさんの質問をお待ちしております♪

▼応募方法▼

QRコードを読み取り、「メール作成画面はこちら」をクリックしていただくとメールフォームが開きます。件名は変更せず、そのまま送信をお願いします。個人情報の入力はありません。



気を付けて！
口の中に入るもの



小さな子どもは、大人が思いもよらないものを口の中に入れてしまうことが珍しくありません。特に乳児（0歳後半～3歳くらいまで）の子どもが要注意です。ちょうど口の中に入ってしまう大きさのもの、例えばコイン、ボタン電池、磁石、大人の薬（錠剤）、おもちゃ、芳香剤、入浴剤、洗濯用パック型洗剤、たばこ、風船などなど、挙げるときりがありません。これらが気道（空気の通り道）や消化管（食道や胃など）にひっかかると危険なことが起こります。

特に注意が必要なものの1つが「ボタン電池」です。飲み込んだボタン電池が食道や胃の粘膜にはりつくと、電池が腐食して中身のアルカリ性の液体が漏れ出てきてしまいます。硬い電池の圧迫と漏れ出た液体で食道や胃の粘膜に傷ができて穴が開いてしまうことがあります。飲み込んでから30分～数時間で穴が開くことがありますので、子どもがボタン電池を飲み込んでしまったら直ちに医療機関を受診しましょう。飲み込んだかどうかははっきりしな

い場合でも、レントゲン写真を撮れば確認できるので、必ず受診してください。そして、子どもの身の回りに小さなものを置かないようにしておくことが大切です。

実は歯ブラシも要注意です。歯ブラシを加えたまま歩いたり遊んだりしているうちに、前のめりに転んだり、人とぶつかったりして歯ブラシがのどの奥に突き刺さり、のどの奥の大切な部分を傷つけたり穴が開いたりして入院が必要になる場合もあります。

また、食べものによるトラブルでは、丸くてツルツとしたもの（アメ、ブドウ、ミニトマト、ピーナッツ）、だ液を吸って飲み込みづらくなるもの（パン、ドーナツ、もち）、噛みきれずに丸のみしそうなもの（肉類、イカ、リンゴ）により窒息が起きますので気を付けましょう。

誤飲について相談したいときは
大阪中毒 110 番（24 時間 365 日対応）

072-727-2499

	救急車を呼ぶ	車で病院へ	自宅で様子を見る
絶対に吐かせない	苛性ソーダ ネズミ駆除薬 花火 しょう油 ガラス破片やとがったもの ボタン電池 	灯油 ベンジン マニキュアの除光液 ライターの燃料 	紙 クレヨン 化粧品 石鹸 シャンプー 絵具 シャボン玉 墨汁 線香 シリカゲル（乾燥剤） 粘土 蚊取り線香 口紅 ろうそく 
	吐かせずに、たくさんの牛乳をのませる		
	業務用漂白剤 トイレ用洗剤	家庭用漂白剤	
その他	防虫剤 除草剤 アリ駆除用の殺虫剤 脱毛剤・除毛剤 たばこが浸っていた灰皿の水	日焼け止め アルカリ電池 油性インク 香水 ヘアリンス たばこ	トイレペーパーの芯とほぼ同じサイズ 誤飲の 可能性がある 大きさ