



母乳育児支援通信

～「赤ちゃんにやさしい病院」のために～



「母乳育児」のこと、ご存知ですか？

世界保健機関(WHO)は、2012年5月16日、「World Health Statistics 2012」(世界保健統計2012)を発表しました。その中で、今、世界では、新生児(生後約1ヵ月未満)で1000人に23人、乳児(生後約1年未満)で1000人に40人が亡くなっている現状が報告されました。ユニセフ(UNICEF)の統計では、およそ3秒に1人の割合で、5歳になる前の幼い命が失われていると報告されています。

(日本は、WHO加盟国193カ国中、新生児の死亡率では188位(1000人中1人)、乳児の死亡率では186位(1000人中2人)(WHO前記統計)、5歳時未満死亡率では184位(1000人中3人)(ユニセフ調査(2011))と、かなり優良な国に分類されています(※少子化の進展の影響も指摘されています)。

ユニセフは、こうした世界の現状の大きな要因として「適切な新生児ケアの不在」を指摘しています。そして、「適切な新生児ケア」の鍵となると言われているのが「**母乳による育児**」なのです。

「母乳」は、赤ちゃんにとって必要な栄養素すべてを備えた「**完全食品**」と言われます。それどころか、赤ちゃんを様々な病気やアレルギーから守る免疫物質や、授乳時にお母さんとふれあうことによる赤ちゃんの精神的発達を促す効果、さらには、母乳には次の妊娠を抑制する効果もあることから、お母様の疲れた身体が次の妊娠に必要な体力を十分回復するまで守ってくれる効果も持っているのです。

そんな、家族のすこやかな生活を守るパワーにあふれる「母乳育児」の世界を、どうか皆さんに知っていただきたいと思います。

「母乳育児支援通信」創刊にあたって



ヒトはほ乳類であり、種を維持するために母乳は、かけがえがない。しかし、この母乳育児を、今の社会で、母が実際に行い、続けることがいかに大変か、小児科医として現場にいと強く実感する。育児の大変さ、社会の変化、人工乳の存在など、様々な理由があるだろうが、我々医療者も、もっと母乳のことを勉強し、母子に対してどのような支援が必要か、考えていきたい。

大崎市民病院母乳育児支援を進めるチーム

チーフ 工藤 充哉(本院診療部第一小児科科長)

母乳育児の基礎知識を学んでみよう！

今回は、初回ということで、「母乳育児の基礎知識」についてちょっとだけご紹介したいと思います。
皆様が持っている母乳育児のイメージとくらべて、どう思われるでしょうか？

母乳育児のもつパワーとは？

生物の分類には「ほ乳類」という大きな種目があります。ほ乳類とは、言うまでもなく、母乳で幼児を生育する生物のこと。植物や爬虫類等に比べ、かなり新しい年代に誕生したほ乳類は、生物が地球の環境下で生存・発達していくためにとった『最新フォーム』であるとも言えます。

その生存戦略のエッセンスが詰まった「母乳」のもつ健康パワーをかいつまんでご紹介しましょう。

〈母乳のメリット (栄養面)〉

- ・赤ちゃんにとって必要な栄養素がバランスよく含まれている (たんぱく質・脂肪・ビタミン・ミネラル等)
- ・赤ちゃんの未熟な消化・吸収機能に適している
- ・病気に対する抵抗力をつける免疫物質=グロブリンが豊富に含まれている
- ・初乳は胎便 (初めてのうんち) を促す効果がある
- ・脳の発達を助ける DHA が含まれている

〈母乳育児による赤ちゃんのメリット〉

- ・おっぱいを吸うことであごや舌の筋肉が発達し健康な歯が育つ
- ・お母様とのスキンシップが情緒豊かな心を育てる
- ・味覚が磨かれる
- ・赤ちゃんが欲しいときにすぐに適温で飲める
- ・アレルギーや湿疹, 中耳炎, 胃腸炎, 骨膜炎, I 型糖尿病, 高血圧, 高コレステロール症, 乳幼児突然死症候群(SIDS)になる確率が低くなる

〈母乳育児によるお母様のメリット〉

- ・子宮の戻りが早くなり, 産後の身体の回復を早める
- ・出産前の体重に戻りやすい
- ・骨粗しょう症になりにくい
- ・卵巣がんや閉経前の乳がんになりにくくなる

母乳育児にデメリットってあるの？

「母乳育児ってすごい！」という声が聞こえるようですが、では、母乳育児の問題 (デメリット) は全然ないのでしょうか？ 母乳育児に関するデメリットの事例では、母乳が分泌不足の場合 (特に生後 3 日間), 栄養不足によって赤ちゃんが重症黄疸等になってしまうというケースが報告されています。母乳育児は何が何でも母乳というわけではなく, 医師や助産師等と連携しながら, 自分の身体や状態に合った適切なやり方で行ってゆくことが非常に大事なのです。

やりたくてもできない母乳育児 どうしたらいいの？

「わが子を母乳で育てたい」。そういうお母様は約 90%以上といったらしゃると言われていますが、実際に母乳育児をされているお母様は 50%に満たない、と言われています (日本母乳の会調べ)。

その原因には、女性の社会進出に伴い、仕事や家事と育児の両立が困難になったこと, また核家族化が進み、育児に伴う様々なカバーを母親以外の家族が対応できなくなったこと等があげられています。ユニセフは、家族はもちろんのこと, 政府や地方自治体, 企業, 医療機関, 地域組織等を含めた社会的環境の整備が必要であると警鐘を鳴らしています。

そんな中, 支援の輪を広げようと, 政府, NPO 法人等で様々な取組みがされていますが, 医療機関での取組みとして注目されているのが, 次のページの「赤ちゃんにやさしい病院」という取組みです。

「赤ちゃんにやさしい病院」を目指そう！

「赤ちゃんにやさしい病院」って、ご存知ですか？ 宮城県内では東北公済病院，仙台医療センター，2012年6月には仙台市立病院が認定されています。

当チームは，仙台市立病院に続いて，県内4番目の認定病院に「大崎市民病院」がなることを目標としています。



「赤ちゃんにやさしい病院」(BFH)って何のこと？

「赤ちゃんにやさしい病院」とは，WHO・ユニセフが認定した，「赤ちゃんにやさしい」取組みを実践している病院のことを言います。英語では「Baby Friendly Hospital」，略して「BFH」と呼ばれています。1989年から始まったこの取組みにより，134カ国で約15000病院，日本では66病院が認定されています（2012年8月現在）。

インターネットでも，「赤ちゃんにやさしい病院認定病院」をうたうホームページや，BFH等で検索可能な病院紹介サイトが年々増えてきています。

「赤ちゃんにやさしい病院」のメリットってどんなの？

「赤ちゃんにやさしい病院」のメリットは，むろんお母様や赤ちゃんへの適切な医療やケアが提供できることにありますが，病院にとっても，宣伝効果や，助産師確保に有利に働くことで産科医療体制を維持しやすくなるメリットがあると言われています。

英語のFriendlyは本来「親切的な」という意味ですが，日本では「やさしい」と意識されています。BFHの本当のメリットは，その言葉に込められた思いを，お子様，お母様やお父様，そしてご家族様方に「実感」としてお伝えできることかもしれません。

知っておきたい「10ヵ条」

WHOとユニセフは，1989年3月，「母乳育児の保護，促進，そして支援」するために，産科施設は特別な役割を持っている，という共同説明を発表し，世界のすべての国のすべての参加施設に対して『母乳育児成功のための10ヵ条』を守ることを呼びかけました。「赤ちゃんにやさしい病院」になるためには，この10ヵ条の長期にわたっての遵守と，その実践が，申請・審査の基準となっています（その10ヵ条は次のとおりです）。

- | | |
|--|---|
| 1 母乳育児推進の方針を文書にし，すべての関係職員がいつでも確認できるようにする。 | 6 医学的に必要でない限り，新生児には母乳以外の栄養や水分を与えないようにする。 |
| 2 この方針を実施するうえで必要な知識と技術をすべての関係職員に指導する。 | 7 母子同室にする。母親と赤ちゃんが終日一緒にいられるようにする。 |
| 3 すべての妊婦に母乳育児の利点と授乳の方法を教える。 | 8 赤ちゃんが欲しがるときはいつでも，母親が母乳を飲ませられるようにする。 |
| 4 母親が出産後30分以内に母乳を飲ませられるように援助する。 | 9 母乳で育てている赤ちゃんにゴムの乳首やおしゃぶりを与えない。 |
| 5 母乳の飲ませ方をその場で具体的に指導する。また，もし赤ちゃんを母親から離して収容しなければならない場合にも，母親の母乳の分泌を維持する方法を教える。 | 10 母乳で育てている母親のための支援グループ作りを助け，母親が退院するときにそれらのグループを紹介する。 |

「母乳育児」 一問一答

このコーナーでは、「母乳育児」に関する皆様の
ギモンにズバリ回答したいと思います。

最初にとりあげるのは、こちら!

◎ 赤ちゃんに「母乳」っていつまであげればいい
の? 長く続けると「甘えぐせ」がついちゃうつ
て聞いたけど?

Ⓐ 正解は「子どもがもういないというまで、い
つまでも」です。今号でご紹介したとおり、赤ちゃん
にとって母乳以上の完全栄養食はありません。また、
母乳を吸うプロセスは人間として必要な機能の発達に
重要な関わりをもっています。よく甘えぐせがつくか
ら早くやめたほうがいい、と言われる方がおられます
が、赤ちゃんの健康な生育のためには、適切な医師等
のアドバイスに基づく母乳育児のメリットの方が大で
あると言えます。(回答者 工藤 充哉)

「こんなことも聞いてみたい」「こんな時どうすればいい
の?」等の疑問がありましたら、どんどんお寄せ下さい。本
コーナーで出来るかぎり取りあげて参ります。
(連絡先) 佐藤祥子 (内線 301) 又は事務局鈴木 (内線 182,
6515) まで

編集後記

母乳育児支援を進めるチームは、工藤チーフのもと、
平成23年度より、各種研修会の開催や参加等、様々に
このテーマについて取り組んで参りました。そんな成果
や皆様にお知らせしたい情報を、できるだけ楽しみなが
ら読んでいただけるようにと、「通信」というかたちでお
出しすることとしましたが、いかがだったでしょうか?
これからも、母乳育児の基礎知識や役に立つ情報等を
皆様にご紹介していきたいと思ひます。ご質問等ありま
したら、事務局までお寄せください。では、本号をお読
みいただき、まことに有難うございました。
(筆責 事務局 鈴木)

Infomation

♥ 11月17日(土)、当チームが主催する「母乳
育児支援をすすめるための研修会」「NICUと母乳
育児支援」が、東北大学病院看護部西6階病棟看
護師長 片倉 睦 先生をお迎えして開催されまし
た。ご参加頂きました皆様、まことに有難うござ
いました!

♥ 12月6日(木)開催の「母親学級」より、妊
婦さん・乳幼児を対象とした歯のケアが、プログ
ラムの一部として取り入れられることになりました。

この「infomation」コーナーでは、母乳育児に関する
セミナーやシンポジウムの開催情報等を適時ご連絡
して参ります。

☆大崎市民病院母乳育児支援を進めるチーム☆

チーフ	工藤 充哉	(第一小児科科長)
チーム員	星合 哲郎	(第二産婦人科科長)
///	豊田 丈爾	(第二歯科口腔外科科長)
///	氏家 和枝	(本院5階看護師長)
///	高橋 裕子	(本院3階副看護師長)
///	三浦 たつえ	(本院5階主任看護師)
///	佐藤 祥子	(本院3階助産師)
///	小原 みづえ	(本院3階助産師)
///	澤田 優美	(本院3階助産師)
///	佐野 千賀子	(本院外来准看護師)
///	鎌田 英子	(栄養管理室副技師長)
///	尾形 知美	(薬剤室薬剤師)
///	鈴木 さとみ	(薬剤室薬剤師)
事務局	鈴木 充	(診療支援係長)

*参加してみたいという方は、大歓迎です!
皆様のご参加、ご意見をお待ちしています!

次回の会議予定 平成25年2月25日(月)
支援センター会議室2