



公立芽室病院 第62号

だより

ホームページアドレス
<http://memuro.com>
 又は芽室町ホームページのトップページから
 アクセスできます。

なぜ母乳育児か

～あらたに母と子の絆を考える～

助産師 神津 トミ子氏

10月20日に中央公民館で行われた母乳育児講演会の様子をお伝えします。今年岡山から三宅医院・神津トミ子氏をお招きし、「なぜ 母乳育児か～あらたに母と子の絆を考える～」と題しご講演いただきました。当日は120名を超える参加者にお集まりいただき、皆、神津氏の優しい語り聞き入れられていました。以下講演の概要をお知らせします。



母乳育児についてWHOや米国小児科学会は「生後6か月までの完全母乳育児と少なくとも2歳まで、あるいは母子が望む限り母乳育児を続けることを推奨する」としています。また、ユニセフとWHOは世界のすべての子どもがもっとも良い条件で人生のスタートをきることが出来るようにとの願いから母乳育児の推進を呼びかけており、母乳育児は赤ちゃんにとって栄養の面からも情緒面からも人生の最善のスタートになると言っています。そして子どもの権利条約では「親のそばにいる権利」「母乳を飲む権利」が謳われています。

さて我々人類は哺乳類です。哺乳動物という観点からみると、母乳育児での母乳の意義は母乳という物質(栄養)にあるのではなく、授乳・哺乳という行動にあると言えます。授乳とは赤ちゃんにお乳を飲ませること、哺乳とは乳房から出るおっぱいを赤ちゃんに飲ませて育てることです。

ではなぜ授乳が重要なのか？これは授乳という行為そのものが母と子の絆形成に不可欠なものだからです。哺乳動物の「心と身体」の発達の原点は授乳から始まり、この授乳による母と子の信頼関係が心の故郷を形成し、さらには人類愛へと昇華していくのです。赤ちゃんは泣いたらその度に何かしてもらおうことを繰り返すことで肌で愛情を感じ絶対的信頼感を覚えていきます。そして自己肯定感が高まり、やがて自分以外の他人を大切に愛するようになります。母乳を通じてできた親子関係は社会的人間関係の基礎となるのです。

お母さんにとっての母乳育児は大変な体験です。もっとも厳しい真剣勝負と言えます。しかしこの大変な体験をプラスの体験に変えることで育児力がつき、お母さんが大きく成長するのです。親子の絆をつくり親になるということは、単に赤ちゃんの世話をするという行為だけではなく、育児に疲れ、怒りや欲求不満や時には親としての役割を投げ出したり、子どもを放棄したくなる気持ちを如何に処理していくかを学ぶことなのです。

ところで授乳・哺乳は赤ちゃんの協力なしにはできないので親子は離れてはなりません。母と子は一つのユニットなのです。日本でも昭和35年ごろまでは添い寝が当たり前でした。しかし現代ではほとんどが母子別室となっています。これは子ども中心の育児から大人中心の育児へ変化したことを現しています。赤ちゃん

んにとってはお母さんに抱かれ、お母さんのやさしい声を聞き、お母さんのにおいを嗅ぎ、お母さんと話して、お母さんと一緒に寝て一体感に浸ることが最大の環境なのです。また、お父さんに優しく包み込まれ見守られていることが最高の幸せな環境となります。

赤ちゃんにとって生まれてきたあとは抱っこが第2の子宮です。おっぱいは第2の胎盤、乳頭は命綱(へその緒)です。赤ちゃんは生きるために一生懸命吸います。赤ちゃんはお母さんの乳頭に吸い付くことを練習しながら、お母さんのおっぱいと母心を引き出していくのです。抱っこすることが甘やかすことになると心配するより、むしろ抱っこされなかったときの悪い影響を心配すべきなのです。

子どもを育てるといことは大変なことですが、同時にこれ以上の仕事はありません。本当に価値のある仕事というのは、今の時代と次の時代を生きる人達がよりよく生きることが出来るように何をするかです。次の時代を生きる子どもたちに十分に愛されるこの喜びを与えること。育児はそれで十分なのです。人間は愛されることから生きる喜びを感じ始めるのですから。

人はお金や知識だけでは生きていけません。愛情に包まれて生きているのです。赤ちゃんはお母さんに抱かれ、おっぱいを飲むために生まれてきます。母から子へ、子から母への母子相互作用は母と子の絆を深めていく、授乳そのものが母乳育児の原点なのです。だから母乳が出るかどうかを心配するより、わが子をしっかりと抱いて目と目を合わせ、優しく語りかけ、お互いの五感を感じながら授乳することが大切なのです。

なぜ母乳育児なのか。それは産む女性が母親となり、生まれた赤ちゃんがヒトという哺乳動物から人という社会的存在となるように最善のスタートを切って欲しい、人間が人間らしく次の世代を守っていくことができる人を育てなくてはならない、人間はすべての生き物の頂点に立っているからその影響力を自覚できるような人に育てて欲しいと願うからなのです。



冬の感染症

内科医員 菊地 英豪



「冬季の感染症」といえば何とんでもインフルエンザでしょう。毎年この季節になると年齢、性別を問わず多くのインフルエンザの患者さんとお会いすることになります。インフルエンザについて皆さまにも知っておいて欲しい基礎知識を以下にまとめてみました。

参考資料：国立感染症研究所

<http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/>

インフルエンザの予防接種は毎年受けたほうがいいのか？

インフルエンザの予防接種はその年に流行が予想されるウイルスに基づき毎年「マイナーチェンジ」を繰り返しながら作られています。また予防効果のある期間は接種2週以後の3～5か月といわれています。ですので「去年受けたから大丈夫」ということはありません。予防接種を受けた人は仮にインフルエンザにかかったとしても軽症で済む場合も多いです。65歳以上の方、心臓、呼吸器疾患のある方、糖尿病やリウマチなど、免疫力低下の可能性がある方には特に接種が必要です。ただ、重篤な鶏卵アレルギーのある方や以前の予防接種で強い副反応を生じた方は接種を控えたほうがよいでしょう。担当医師と相談してみてください。

インフルエンザはどうやって診断するの？

急な発熱や咳、鼻水、関節痛、筋肉痛といった臨床症状のみから診断されることもあります。現在では鼻腔、咽頭ぬぐい液から迅速検査キットを用いてウイルスの有無を調べることができます。しかしかき始めの時期に検査を受けてもウイルスの量が少なく、「インフルエンザにかかっているけど検査では陰性」という結果(偽陰性)になりがちです。検査を受けるのは発熱

などの症状が出てから少なくとも12時間(出来れば24時間)程度経ってからのほうがよいでしょう。「今日の夕方から39度の熱がでた。インフルエンザの検査をしてほしい」と夜間に救急外来を受診する方がいますが、あわてて検査をしてもきちんとした結果は得られないことが多いです。元々健康な方は翌朝の受診で十分間に合うことがほとんどです。

インフルエンザの治療法は？

2001年にリン酸オセルタミビル(商品名：タミフル)が登場しインフルエンザの治療法は大きく変わりました。当初は「特効薬」ともはやされましたが各種報道で皆さんもご存知の通り、十代以下の患者さんの異常行動との関連が指摘されており内服には注意が必要です。日本のタミフルの使用量は全世界の70%以上といわれており、すでに「タミフル耐性ウイルス」も国内で出現しています。元々健康ならばほとんどの人にとっては予後がいい病気ですので、水分補給、解熱剤を使用しながら十分な休息をとればタミフルを飲まなくても一週間以内に症状は治まります。糖尿病や心臓、腎臓、肺などの慢性疾患を患っている方はタミフルを飲んだほうがよい場合もあり注意が必要です。主治医の先生と相談してください。