赤ちゃんの四季（59）平成27年秋

完全母乳主義の落とし穴

最近、不衛生な偽「母乳」がインターネットで販売されているという新聞報道に驚かれた方も多いと思います。管理の状況が不明な他人の母乳を飲ませると、母乳に病原体や医薬品などの化学物質が含まれていれば、乳幼児に悪い影響を与える恐れもあり、厚生労働省はあわてて注意喚起を求める通知を出しました。

日本では、1970年代に入ると、育児用ミルクの改良普及に伴い、母乳栄養児が急減し、人工栄養児が増加したため、私たち小児科医は、育児指導にあたって母乳育児が最高と、絶えず推奨してきました。平成17年に実施された厚生労働省の乳幼児栄養調査結果（３か月時）では、母乳栄養38%、混合栄養41%、人工栄養21%と混合栄養の割合が最も高くなっています。その背景には、働く母親の増加が関係していると考えられます。

母乳は、赤ちゃんにとって天然の、最良の食品ではありますが、母乳でなくても、赤ちゃんは立派に育っていきます。母乳分泌の少ないお母さんにとっては、毎回の授乳に悲壮感がただよい、それがストレスとなり、一段と母乳分泌が減るという悪循環になっている場合もあります。母乳分泌量は個人差が大きく、お乳の出の少ない時には、親子で我慢くらべするよりもミルクを与えてください。ミルクを与えながら、じっと赤ちゃんを見つめていると、満足した笑顔でこたえてくれます。リラックスした母子の付き合いこそが、最良の営養品です。

あなたの乳首を赤ちゃんの口に含ませていれば、母乳の量に関係なく、あなたは母乳育児をしているのです。完全母乳栄養にこだわらない母乳育児が、現代の母親に負担をかけずに、楽しい子育てに結びつくように思えます。