

講演 1：日本における母子保健政策と COVID-19 パンデミック、母乳率の推移

Maternal and Child Health Policies, COVID-19 Pandemic, and Breastfeeding Trends in Japan

名西恵子（医師・保健学博士・IBCLC）

Keiko Nanishi, MD, PhD, IBCLC

【学習目標】

- 1 日本の母乳育児率の推移を説明できる
- 2 母乳育児の意図や継続にどのような要因が関係するのか説明できる
- 3 母乳育児をしやすくするために必要な支援と政策を説明できる

【学習項目】

- 1 母乳育児の意図や継続に関係する要因
- 2 母乳育児がうまくいくための 10 のステップ
- 3 母乳代用品のマーケティングに関する国際規準
- 4 戦後から現在までの母乳育児に関わる保健政策の変遷
- 5 COVID-19 パンデミックと母乳育児支援

【抄録】

厚生労働省および子ども家庭庁が発表した「乳幼児健康診査問診回答状況」によると、生後 1 か月時の栄養方法が「母乳」であったという回答者の割合は、令和元年度の調査では 41.1%であったのが毎年減少し、令和 4 年度の調査では 31.3%となっている。母乳育児は母子の現在と将来の健康にとって重要であり、また、災害時の最も安全で確実な栄養方法でもある。近年の母乳率低下は公衆衛生上の懸念と言える。本講演では、母乳育児に関係する日本の母子保健政策の変遷や COVID-19 パンデミックへの対応を振り返り、母乳率低下に私たちはどのように取り組んでいくべきなのかを考察する。

【参考文献】

こども家庭庁. 令和 4 年度母子保健事業の実施状況等について.

<https://www.cfa.go.jp/press/66a3a5d2-fa87-4bab-9c28-361659051559/>

(最終アクセス 2024 年 3 月 8 日)

厚生労働省. 令和 2 年度「母子保健事業の実施状況等調査」の調査結果を公表します.

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_22985.html

(最終アクセス 2024 年 3 月 8 日)

Gribble K, Cashin J, Marinelli K, Vu DH and Mathisen R (2023) First do no harm overlooked: Analysis of COVID-19 clinical guidance for maternal and newborn care from 101 countries shows breastfeeding widely undermined. *Front. Nutr.* 9:1049610.

講演2：入院中の母乳育児支援（理論編）早期母子接触・早期授乳

Breastfeeding support during hospitalization (theoretical part)～early skin-to-skin contact & early initiation of breastfeeding.

山本和歌子（小児科医・IBCLC）

Wakako Yamamoto, MD, IBCLC

【学習目標】

1. 母乳分泌の生理が説明できる
2. 産科施設入院中における母乳育児支援の具体的な方法が説明できる
3. 出産/出生前後から児の栄養方法について母親と話し合い、母乳育児を保護、推進、支援できるようになる

【学習項目】

1. 母乳分泌の生理
2. 早期母子接触
3. 母子同室（時間や回数を制限しない授乳）
4. 母乳育児と睡眠、ベッドの共有

【抄録】

母乳育児は母子にとって様々な疾病予防効果だけでなく、親子の愛着形成、災害時への備え、社会経済効果など様々な利点を有しており、乳児の栄養についてはライフスタイルの選択というだけでなく、公衆衛生上の問題であるとされている^{1),2)}。WHO/UNICEFは2018改訂版 The Ten Steps to Successful Breastfeeding のなかで、「スタッフが母乳育児を支援するための十分な知識、能力、スキルを持つようにする（ステップ2）」としており、妊娠中からの多職種による協働が肝要である。³⁾厚生労働省およびこども家庭庁は「妊娠したママのための授乳準備ガイド」を養育者向けに作成している⁴⁾。出生早期は母乳栄養確立のための重要な時期で、母乳分泌の生理を理解し、分娩前後のこの時期に母乳育児に関する適切な情報と支援を提供することは、不必要な人工乳の補足を予防し、母乳育児の確立と母乳育児期間を延長することに寄与する⁵⁻⁷⁾。母子の最初の出会いである早期母子接触は、生後1-4か月時の母乳育児の改善に寄与することが2016年のコクラン・レビューで明らかとなり、世界中の20のガイドラインに採用されている⁸⁾。今回は産科施設入院中の母乳育児支援に有用な知識と方法を学ぶ機会としたい。

【参考文献】

- 1) 米国小児科学会「母乳と母乳育児に関する方針宣言」（2012年版）
Eidelman AI, Schanler RJ et al. Breastfeeding and the Use of Human Milk.

- Pediatrics. 2012 Mar;129(3):e827-41.
- 2) 米国小児科学会「母乳と母乳育児に関する方針宣言」(2022年版)
Meek JY, Noble L et al. Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. Pediatrics. 2022;150(1): e2022057988
 - 3) WHO/UNICEF (日本ラクテーション・コンサルタント協会訳). 母乳育児がうまくいくための10のステップ (2018年改訂版) https://jalc-net.jp/dl/10steps_2018_1989.pdf
(2024/3/3 アクセス)
 - 4) 令和元年度子ども・子育て支援推進調査研究事業「『授乳・離乳の支援ガイド』の普及啓発に関する調査研究」
https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/6790a829-15c7-49d3-9156-9e40e8d9c20c/09f6c38a/20230401_policies_boshihoken_junyu02.pdf
(2024/3/3 アクセス)
 - 5) Feldman-Winter L, Kellams A, Peter-Wohl S et al. Evidence-Based Updates on the First Week of Exclusive Breastfeeding Among Infants ≥ 35 Weeks. Pediatrics. 2020 Apr;145(4):e20183696.
 - 6) Blair PS, Ball HL, J. McKenna J et al. Bedsharing and Breastfeeding: The Academy of Breastfeeding Medicine Protocol #6, Revision 2019. Breastfeed Med. 2020;15(1):1-12
 - 7) Zimmerman D, Bartick M, Feldman-Winter L et al. ABM Clinical Protocol #37: Physiological Infant Care-Managing Nighttime Breastfeeding in Young Infants. Breastfeed Med. 2023 Mar;18(3):159-168. doi: 10.1089/bfm.2023.29236.abm.
 - 8) Moore ER, Bergman N, Anderson GC et al. Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. Cochrane Database of Systematic Reviews. doi.org/10.1002/14651858.CD003519.pub4
<https://www.cochrane.org/news/cochrane-review-has-informed-20-sets-guidelines-around-world> (2024/3/5 アクセス)

講演3：入院中の母乳育児支援（実践編） 早期母子接触・早期授乳

Breastfeeding support during hospitalization (practical part) ~early skin-to-skin contact & early initiation of breastfeeding

井村真澄（助産師・保健師・保健学博士・IBCLC）

Masumi Imura, RN, CNM, PHN, PhD, IBCLC

大野芳江（助産師・保健師・看護学修士）

Yoshie Oono, RN, CNM, PHN, MS

水村友香（助産師・保健師・看護学修士・IBCLC）

Yuka Mizumura, RN, CNM, PHN, MS, IBCLC

【学習目標】

早期母子接触と早期授乳を実践展開するために、以下について説明できる

1. 母乳育児のスタートとなる早期母子接触と早期授乳の要点
2. 新生児行動を理解し、新生児の能力を最大限に生かす支援
3. 安全・安心かつスムーズな母子早期接触と早期授乳支援
4. 母子（親子）相互作用を促す支援

【学習項目】

1. 出産/出生前後の環境調整
2. 新生児反射と哺乳前行動
3. 具体的実施手順（含む、実施適用基準・母子のポジショニング・リスクマネジメント等）
4. 母子（親子）の応答性と哺乳を促進する支援

【抄録】

母乳育児は、乳児・母親・家族・社会にとって様々な恩恵をもたらす¹⁾、母乳育児の保護・推進・支援は国内外の喫緊の課題である。WHO/UNICEF は、1989 年に The Ten Steps to Successful Breastfeeding（以下、10 ステップ）を、2018 年には改訂版 10 ステップ（JALC 邦訳：母乳育児がうまくための 10 のステップ）²⁾ を発出して、産科施設における母乳育児の具体的実践を推奨している。

実践編セッションでは、産科施設入院中の母乳育児支援に関する理論編を踏まえ、ステップ 4「出生直後からのさえぎられることのない肌と肌の触れ合い（早期母子接触）ができるように、出産後できるだけ早く母乳育児をできるように母親を支援する」および、ステップ 8「赤ちゃんの欲しがるサインを認識し、それに応えるよう、母親を支援する」ことの具体的展開のポイント^{3) 4)} をご紹介する。

特に、出産直前から直後数時間の環境づくり、新生児反射と哺乳前行動、早期母子接触と早期授乳の支援実施手順（実施適用基準、母子の基本的ポジショニング、リスクマネジメント、新生児行動を妨げないかわり、母親/父親が赤ちゃんの行動と欲しがるサインに気づける働きかけ、新生児行動のパターン別支援等）について、デモンストレーションをまじえてご紹介する^{5) 6)}。

【参考文献】

1. 米小児科学会（2020）.母乳と母乳育児に関する方針宣言

J. Y. Meek, L. Nobel et al. Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. Pediatrics. 2022;150(1): e2022057988

[Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk | Pediatrics | American Academy of Pediatrics \(aap.org\)](https://www.aap.org/pediatrics/policy-statement/breastfeeding-and-the-use-of-human-milk) (2024/3/13 アクセス)

2. WHO/UNICEF. 日本ラクテーション・コンサルタント協会訳(2018).母乳育児がうまくいくための10のステップ (2018年改訂版)

https://jal-net.jp/dl/10steps_2018_1989.pdf (2024/3/13 アクセス)

3. WHO/UNICEF (2020) .Baby-friendly hospital initiative training course for maternity staff: participant's manual

[Baby-friendly hospital initiative training course for maternity staff: participant's manual \(who.int\)](https://www.who.int/publications/m/item/baby-friendly-hospital-initiative-training-course-for-maternity-staff-participant-s-manual) (2024/3/13 アクセス)

4. NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会 (2015) 編. 13 出生直後の母乳育児支援.母乳育児支援スタンダード.第2版所収.pp.148-159.医学書院.

5. 日本新生児・周産期医学会他 (2012) .「早期母子接触」実施の留意点.

[sbsv13_10.pdf \(jspnm.jp\)](https://www.jsnm.jp/sbsv13_10.pdf) (2024/3/13 アクセス)

6. 平澤美恵子・村上睦子監修 (2021) .Chapter11 出生早期の皮膚接触ーカンガルーケアの実施.新訂版写真でわかる助産技術アドバンス所収.pp.154-163.医学書院.

講演4：授乳支援ーポジショニングとラッチ・オン
Support for breastfeeding: Positioning and latch-on

武市洋美 (助産師・IBCLC)

Hiromi Takeichi, RN, CNM, IBCLC

【学習目標】

1. 授乳姿勢 (ポジショニング) と吸着 (ラッチ・オン) の支援のポイントについて説明できるようになる
2. 授乳がうまくいっているかの観察項目とアセスメントの方法について知り、使えるようになる
3. 具体的な母親への授乳支援方法を知り、実践に活かせるようになる

【学習項目】

1. 支援者自身でポジショニングとラッチ・オンの基本を確認する
2. 「直接授乳観察用紙」の活用方法を知る
3. 授乳支援の場面を想定して、母親へどのように声かけをするかを考える

【抄録】

出産直後の早期母子接触中に児が乳頭へ吸着するときから、授乳が始まる。その後は母子と一緒に過ごす中で、母親は次第に児が母乳を欲しがるサインがわかり、それに応じて授乳することで、母乳育児がうまくいくようになる。母乳育児は2歳かそれ以降まで継続することが勧められており、頻回に母乳を飲む児では、授乳回数は最初の1年で数千回に及ぶ。リラックスできる授乳環境のなかで、母親と児が楽な姿勢（ポジショニング）で、痛くない吸着（ラッチ・オン）が行えることは、母乳育児がうまくいき、長く継続するために非常に重要である。

授乳はさまざまな条件にある母親と子どもの組み合わせであり、その数だけ方法がある。「これが正しい授乳姿勢」と、限定した情報を提供するよりも、その母親が、「自分ができる授乳」、「自分にとってこれが最適な授乳」と思える方法を見いだせるように支援する。まずは支援が必要であるのか、授乳を観察しアセスメントすることから始める。支援者は、支援の必要があると判断したとき、あるいは母親から援助を求められたときのために、対処の知識や技術を持っていることが必要である。そして実際に支援するときは、すぐに手を出すのではなく、母親のセルフケア能力や援助の必要性を見極めたうえで、母親が1人でできる方法を支援する。

授乳の基本は、双胎の同時授乳、低出生体重児への直接授乳の支援を行うときにも利用でき、またよくある母乳育児の問題、例えば乳管の閉塞など乳汁うっ滞したときも、授乳の確認を行うことで解決できることも多い。

本講義を、母乳育児支援者が日常行っている授乳支援を振り返り、自信を深める場としたい。

【参考文献】

- 1) UNICEF/WHO (2009). BFHI 2009 翻訳編集委員会(訳). UNICEF/WHO 赤ちゃんとお母さんにやさしい母乳育児支援ガイドベーシック・コース「母乳育児成功のための10カ条」の実践. 医学書院.
- 2) 新井基子, 五十嵐祐子, 本郷寛子. (2012) お母さんも支援者も自信がつく母乳育児支援コミュニケーション術. 南山堂.

講演5：早期新生児の合併症の予防と対処法 ～黄疸と低血糖、母乳育児を続けていいの？～

How to prevent and manage jaundice and hypoglycemia in breastfed infants during the early neonatal period

森丘千夏子（新生児科医・医学博士・IBCLC）

Chikako Morioka, MD, PhD, IBCLC

【学習目標】

1. 新生児の糖代謝と管理閾値を説明できる
2. 新生児の低血糖時の対応について学び、母乳育児支援につなげることができる
3. 新生児の黄疸の種類と原因、母乳育児との関係について説明できる
4. 黄疸治療中の母乳育児支援について学び、実践に活かすことができる

【学習項目】

新生児の糖代謝と低血糖

1. 低血糖のハイリスク因子と症状、血糖のモニタリング
2. 低血糖時の対応方法と母乳育児
3. 新生児黄疸の生理的なメカニズムと経過
4. 黄疸と母乳育児の関連
5. 黄疸の管理とフォローアップ

【抄録】

新生児の低血糖や黄疸は新生児早期に起こりうる重要な合併症である。どちらも介入の不要な“生理的範囲”から神経学的後遺症のある“病的範囲”まで幅広く起こる可能性があり、またどの児にも起こりうる common disease である。しかし、どの程度の低血糖や黄疸が、どの程度の期間持続すると児の神経学的予後に影響を与えるかは議論の余地が残っている。児の安全を確保しつつ、不当な介入や悪影響を最小限に抑えるために適切に管理することが重要となる。

・低血糖

まず糖代謝と生理的一過性低血糖について理解する。健康な正期産児では生後 1-2 時間を最低値とする一過性の低血糖が生じる。生後数日のあいだ、主なエネルギー供給源は経口摂取ではない。したがって、生後早期から母乳だけを飲ませていても、健康な正期産新生児の栄養・代謝の必要量を満たすことができる。次に低血糖症の定義・管理閾値について学ぶ。血糖値の「正常」範囲は新生児ごとに異なり、出生時体重、在胎期間、エネルギー貯蔵量の有無、哺乳状況、疾患の有無など多くの要因に左右されるため、低血糖の管理は代謝および生理学的状態全般に適したものであることが必要で、不必要に母子関係や母乳育児を妨げてはいけない。各学会が提唱している管理閾値、血糖のモニタリングを紹介する。また低血糖時の臨床症状、低血糖のハイリスク因子と母乳育児支援を含めた対応方

法について述べる。

・黄疸

新生児の黄疸については核黄疸などのビリルビンの細胞毒性の面が強調されるとともにその原因検索と治療に目を向けられることが多く、母乳育児支援という観点からの対応を考えられることは少なかった。しかし母乳育児と黄疸には密接な関係があり、黄疸の解決だけを目標にするのではなく、母乳育児に対する支援も並行して継続することが重要である。まず、新生児に黄疸を引き起こす原因を、母乳育児との関係性も含め理解する。次に黄疸やビリルビン濃度のモニタリングと管理方法について学ぶ。最後に高ビリルビン血症による毒性という潜在的なリスクから児を守りつつ母乳育児を維持できるような方法を述べる。

出産したときは正常で健康と思われていた児が低血糖や黄疸を発症すると、母親と家族は心配し、母乳育児の確立が危うくなる可能性がある。講義では ABM の臨床指針「正期産児と後期早産児における血糖値モニターと低血糖治療のためのガイドライン」「在胎 35 週以上で生まれた母乳で育っている乳児における黄疸管理についてのガイドライン」をもとに新生児の低血糖や黄疸の対応とその際の母乳育児をうまく軌道にのせていけるような支援について述べる。

【参考文献】

- 1) Srinivasan G, Pildes RS, Cattamanchi G, et al. Plasma glucose values in normal neonates: A new look. *J Pediatr* 1986;109:114–117.
- 2) NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会. 母乳育児支援スタンダード 第2版. 東京：医学書院；2015.
- 3) ABM Clinical Protocol #1: Guidelines for Glucose Monitoring and Treatment of Hypoglycemia in Term and Late Preterm Neonates, Revised 2021 Nancy E. Wight, MD , IBCLC, FABM, FAAP; and the Academy of Breastfeeding Medicine.
<https://abm.memberclicks.net/assets/DOCUMENTS/PROTOCOLS/1-hypoglycemia-Japanese.pdf> (accessed March 7, 2024)
- 4) ABM Clinical Protocol #22: Guidelines for Management of Jaundice in the Breastfeeding Infant 35 Weeks or More of Gestation—Revised 2017 Valerie J. Flaherman, M. Jeffrey Maisels, and the Academy of Breastfeeding Medicine.
<https://www.bfmed.org/assets/DOCUMENTS/PROTOCOLS/22-jaundice-protocol-english.pdf> (accessed March 7, 2024)
- 5) Adamkin DH; Committee on Fetus and Newborn. Postnatal glucose homeostasis in late-preterm and term infants. Re-affirmed June 2015. *Pediatrics* 2011;127:575–579.
- 6) Thornton PS, Stanley CA, De Leon DD, et al. Recommendations from the Pediatric Endocrine Society for Evaluation and Management of Persistent Hypoglycemia in Neonates,

Infants, and Children. J Pediatr 2015;167:238–245.

- 7) Boardman JP, Westman J, Working Group of the British Association of Perinatal Medicine. Identification and management of neonatal hypoglycemia in the full term infant – a framework for practice. British Association of Perinatal Medicine. 2017. Available at <https://www.bapm.org/resources/40-identification-and-management-of-neonatal-hypoglycaemia-in-the-full-term-infant-2017> (accessed January 25, 2024).
- 8) Gartner LM, Herschel M. Jaundice and breastfeeding. Pediatr Clin North Am 2001; 48:389–399.
- 9) 山内芳忠. 新生児黄疸の諸問題-特に母乳栄養との関連性について-. 日本新生児学会雑誌. 17(4): 486-497, 1981.
- 10) De Carvalho M, Hall M, Harvey D. Effects of water supplementation on physiological jaundice in breast-fed babies. Arch Dis Child 1981; 56:568–569.
- 11) Nicoll A, Ginsburg R, Tripp JH. Supplementary feeding and jaundice in newborns. Acta Paediatr Scand. 1982 Sep; 71(5):759-61.
- 12) Kuhr M, Paneth N.J, Feeding practices and early neonatal jaundice. Pediatr Gastroenterol Nutr. 1982; 1(4):485-8.

講演 6：生後 1 週間の補足—赤ちゃんとお母さんにやさしい支援を目指して

Supplementary feedings during the first week of life

—What we need to know for providing mother-baby friendly support .

山本歩（小児科医・IBCLC）

Ayumi Yamamoto, MD, IBCLC

【学習目標】

1. 生後 1 週間の補足の医学的適応や適切な補足方法について説明できる
2. 産後早期の母乳分泌や新生児の体重変化・排泄パターン等を正しく理解し,母乳不足と母乳不足感を区別できる
3. 赤ちゃんとお母さんへの適切な支援に活かせる

【抄録】

母乳育児には子どもと母親双方の健康上および子どもの神経発達学上の利点のみならず社会・経済的にも多くの利点があり,生後 6 か月間は母乳だけで育つ・育てること,また混合栄養であっても母乳育児をより長く続けることでより多くの利点をもたらされることが数々の研究によって証明されている.そして,母乳育児を保護し推進するために保健施設が実践すべき内容を示した WHO/UNICEF による「母乳育児がうまくいくための 10 のステップ」では「医学的に適応のある場合を除いて,母乳で育てられている新生児に母乳以外の飲

食物を与えない」ことを推奨している。

それを実践するためには、支援者はまず産後早期の母乳分泌の生理と新生児の正常な経過について知っている必要がある。そして、10のステップに沿った母乳育児支援を行うことにより補足が必要となる状況を予防するとともに、医学的に補足が必要な場合にもできる限り母親が望むような母乳育児が続けられるよう適切に支援したい。

母乳分泌の生理や生後早期の新生児の生理的变化、補足の医学的適応や適切な方法を理解することで、赤ちゃんとお母さんにやさしい支援へとつなげていただければと願う。

【参考文献】

- 1) Lori Feldman-Winter et al. Evidence-Based Updates on the First Week of Exclusive Breastfeeding Among Infants \geq 35 Weeks. *Pediatrics*. 2020 Apr; 145(4): e20183696
- 2) ABM Clinical Protocol #3: Supplementary Feedings in the Healthy Term Breastfed Neonate, Revised 2017
- 3) Joan Younger Meek et al. Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. *Pediatrics*. 2022 July; 150(1): e2022057988
- 4) NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会（2015）.母乳育児支援スタンダード第2版,医学書院

講演7：混合栄養がいいって、ホント？

抄録 Is it true that mixed nutrition is better?

多田香苗（小児科医・IBCLC）

Kanae Tada, MD, IBCLC

【学習目標】

この講演の終了後に参加者ができるようになること

1. 母乳栄養、人工栄養について要点を述べる
2. 「母乳だけで育てること」と「混合栄養で育てること」の違いについて説明する
3. 母乳の総摂取量ができるだけ多くなるような支援を行う

【学習項目】

1. 母乳の成分（特に生理活性因子）
2. 人工栄養の基礎知識
3. The first 1000 days
4. 混合栄養の「神話」
 - アレルギーを予防する？
 - 母の疲労を軽減する？
 - 父親の育児参加に有益？

5. なるべく母乳が長続きする混合栄養の方法

【抄録】

近年、母乳のみの栄養よりも混合栄養の方が、母の疲労軽減、アレルギー予防や父親の育児参加にとって有益であるとの主張を散見する。しかし、母親の授乳困難感、混合栄養の場合が最も多い。アレルギー予防に関しても、生後 3 日間に人工乳の補足を避けることで、後のアレルギー疾患の発症が少なくなることが報告されている。母乳育児のメリットは量依存性であり、女性と子どもを心身ともに健康に保つ利点がある。父親には、母乳育児を助けるような育児参加の方法もある。

母乳には、人工乳には含まれていない成分が多く含まれ、その中でも近年研究の進んでいる生理活性因子は、児の感染症予防や母子双方の疾病予防に大きな効果をもたらしていることが報告されている。そして疾病予防から派生する社会的なメリットもある。母乳育児の感染症などへの予防効果を含む母子双方への重要性は、日本を含め多くの先進国でも確認されている。COVID-19 パンデミック後、日本においては、種々の感染症の流行が続き、薬剤や検査薬などが枯渇している現状がある。加えて、少子高齢化が急速に進み、将来的に人的資源・医療資源も含む社会資源の衰退は避けられない。健康の維持・増進は社会的に喫緊の課題である。また、人工乳の安全な使用には水道・ガスなどの社会的インフラの整備が不可欠であるが、それが災害により容易に破壊され、復旧に時間を要することも周知されている。母乳育児の場合は、母親の安全さえ確保できれば、乳児に栄養を提供することができる。

2010 年に「人生最初の 1000 日間 (First 1000 days)」とという、妊娠前からの女性と子どもの栄養の重要性を訴える運動が開始された。受精から 2 歳の誕生日までの 1000 日間に適切な栄養をとることが、その後の長期にわたり、疾病予防、成長、生命に対して重要であることが提唱されている。その中でも、出生後最初の 180 日は母乳だけで育て、その後は適切な補完食を与えながら生後 2 年間 (つまり受精から数えて 1000 日まで) 母乳育児を続けることが推奨されている。First 1000 days の栄養の中でも、母乳育児の重要性は高い。

母乳育児のメリットは、母子ともに量依存性であり、混合栄養の場合もより長くより多く母乳を飲ませることが重要である。母乳分泌の生理に基づかない補足は、二次的な母乳分泌不全を招き、早期の母乳育児の中止のリスクとなる。医学的に必要がない補足の理由のひとつとして、母親の母乳不足感が挙げられ、それは、母親の自己肯定感の低下に繋がる可能性がある。乳業会社や乳業協会が大きなスポンサーである育児雑誌やインターネットからの情報を元にした混合栄養の方法では、母乳分泌の生理に基づかない方法が提供されていることも多く、次第に母乳分泌が減り、母乳育児が継続できない状況になることが多い。医療者は、混合栄養の場合でも母乳および人工乳についての医学的に適切な知識を持ち、保護者の自信を高め、母乳分泌が継続できる支援を行うことが重要である。

ここでは、ラ・レーチェ・リーグ日本、Academy of Breastfeeding Medicine、UNICEF UK、アメリカ小児科学会（AAP）のなどの資料をもとに、適切な補足量の評価法、Paced Bottle Feeding、臨床の場での支援方法など「母乳を減らさない混合栄養」「なるべく母乳が長続きする混合栄養」の方法を述べる。

【参考資料】

- ・ NPO 法人ラ・レーチェ・リーグ日本「母乳はたいへん」って本当？－辛さの背景は変えられる－<https://lljapan.org/advocacy2023/>（2024/2/28 アクセス）
- ・ Lawrence RM. Chapter 5 Host-resistance factors and immunologic significance of human milk. In Lawrence RA, Lawrence RM. Breastfeeding: A guide for medical profession. 9th ed. Elsevier. 2022; pp511-662
- ・ 厚生労働省 授乳について困ったことと母乳育児に関する指導状況 平成 27 年度 乳幼児栄養調査結果の概要 pp7-8
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000134208.html>（2024/2/28 アクセス）
- ・ Shimao M, et al, The Japan Environment And Children's Study Group. Influence of infants' feeding patterns and duration on mothers' postpartum depression: A nationwide birth cohort -The Japan Environment and Children's Study (JECS). J Affect Disord. 2021 Apr 15;285:152-159.
- ・ ACOG, AAP Breastfeeding Handbook for Physicians, 3rd ed. 2023
- ・ Nishimura T, et al. Breastfeeding reduces the severity of respiratory syncytial virus infection among young infants: a multi-center prospective study. Pediatr Int. 2009 Dec;51(6):812-6.
- ・ 日野 利治他, 近畿外来小児科学研究グループ. 共同研究「初めての熱」 生まれて初めての熱の生後日齢と栄養法との関係の検討. 外来小児科 2008;11(2):143-50
- ・ Yamakawa M, et al. Long-term effects of breastfeeding on children's hospitalization for respiratory tract infections and diarrhea in early childhood in Japan. Matern Child Health J. 2015;19(9):1956-65.
- ・ Yamakawa M, et al. Breast-feeding and hospitalization for asthma in early childhood: a nationwide longitudinal survey in Japan. Public Health Nutr. 2015;18(10):1756-61.
- ・ Yamakawa M, et al. Breastfeeding and obesity among schoolchildren: a nationwide longitudinal survey in Japan. JAMA Pediatr. 2013;167(10):919-25.
- ・ 1,000 Days <https://thousanddays.org>（2024/2/13 アクセス）
- ・ 崎原徹裕. 抗原タンパク早期導入による食物アレルギー発症予防. 日本小児科学会雑誌 2022;126 (4) :627-637
- ・ 日本ラクテーション・コンサルタント協会. 人工乳による牛乳アレルギー予防の可能性を示唆する報道等に対する JALC の見解.2020https://jalc-net.jp/data/p_seimei202012.html (2024/2/28 アクセス)

・世界保健機関/国連食糧農業機関共同作成. 乳児用調製粉乳の安全な調乳、保存及び取扱いに関するガイドライン. 2007

<https://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/qa/dl/070604-1b.pdf>

(2024/2/28 アクセス)

・Inano H, et al. Factors influencing exclusive breastfeeding rates until 6 months postpartum: the Japan Environment and Children's Study. *Sci Rep*. 2021 Mar 25;11(1):6841.

・ヒューマニエンス 40億年のたくらみ 「乳」 進化する神秘の液体」

<https://www.nhk-ondemand.jp/goods/G2023129473SA000/>(2024/2/28 アクセス)

・Pérez-Escamilla R, et al.; 2023 Lancet Breastfeeding Series Group. Breastfeeding: crucially important, but increasingly challenged in a market-driven world. *Lancet*. 2023 Feb 11;401(10375):472-485

・American Academy of Pediatrics. Amount and Schedule of Baby Formula Feedings. 2022

<https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/formula-feeding/Pages/amount-and-schedule-of-formula-feedings.aspx>

(2024/2/28 アクセス)

・American Academy of Pediatrics. Is Your Baby Hungry or Full? Responsive Feeding Explained. 2023

<https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/feeding-nutrition/Pages/Is-Your-Baby-Hungry-or-Full-Responsive-Feeding-Explained.aspx>

(2024/2/28 アクセス)

・Unicef UK. Infant formula and responsive bottle feeding. 2019

<https://www.unicef.org.uk/babyfriendly/baby-friendly-resources/bottle-feeding-resources/infant-formula-responsive-bottle-feeding-guide-for-parents/>

(2024/2/28 アクセス)

・American Academy of Pediatrics. Bottle-feeding. In *The Clinician's Guide to Pediatric Nutrition*. 2023, pp224-225

・American Academy of Pediatrics. Practical Bottle Feeding Tips.

<https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/feeding-nutrition/Pages/Practical-Bottle-Feeding-Tips.aspx>

(2024/2/28 アクセス)

講演 8：混合栄養やミルクを希望する妊婦とその家族への母乳育児支援

～共感して話を聴くことの意味とは

Support for breastfeeding mothers and their families who desire mixed nutrition or formula:
Understanding the Meaning of Empathetic Listening

森昌代（助産師・IBCLC）

Masayo Mori, RN, CNM, IBCLC

【学習目標】

1. 母乳育児支援とは何を目標しているのかを明確にする
2. 妊娠中の女性を取り巻く社会状況を理解し妊娠中の女性と話し合う重要性を理解する
3. 支援に必要なコミュニケーションスキルの基礎を理解し赤ちゃんの栄養方法について支援者と意見が違う妊娠中の女性やその家族との対応を整理し実践できる
4. 話し合いの結果がもたらす効果を知り、支援につなぐことができる

【学習項目】

1. 母乳育児支援の目指すところ
2. 妊娠中の女性を取り巻く社会状況
3. 支援に必要なコミュニケーションスキルの基礎
 - 3-1 傾聴のスキル
 - 3-2 情報提供のコツ
4. 事例の提示

【抄録】

妊婦健診や産前クラスなどで、妊娠中の女性や家族から「ミルクで育てたい」「母乳多めの混合」「できたら混合希望」という声を耳にすることが多くなった。そして支援者が「本人がそう望むのだから母乳について話せない」「母乳を無理強いすることはできない」「本人の望むようにミルクの授乳を伝えればよい」と話をしている場面を目にすることもしばしばある。「母乳育児がうまくいくための10ステップ」のステップ3には、母乳育児の重要性とその方法について妊娠中の女性及びその家族と話し合う、と書かれている。

支援者は人工乳のみや混合での栄養を希望される妊娠中の女性や家族と「母乳育児の重要性や方法」についてどのように話し合いを進めていいのか戸惑うかもしれない。「もっと母乳の重要性を伝えなくてはならない」という思いで関わるかもしれない。反対に「押し付けになってもいけないから母乳の話はやめておこう」と話し合いをしない選択をするかもしれない。はたして人工乳のみや混合での栄養を希望する女性たちは自己決定できるほどの十分な母乳育児の情報を得ているのだろうか。話し合いをする機会を設けられることなく育児が始まってはいないだろうか。一方で私たち支援者は母乳育児支援を「母乳についての情報をたくさん伝えて、母親が母乳をあげられるように助けること」という認識になっていないだろうか。今回はまず、母乳育児支援とは何を目的にしているのか明確にし、支援者個人の意見や考えを押し付けるのではない話し合いを基本にした支援の実際を、事例を紹介しながら考えてみたい。

【参考文献】

- 1) WHO・UNICEF(2018)/日本ラクテーション・コンサルタント協会訳(2018) 母乳育児がうまくいくための10のステップ https://jal-net.jp/dl/10steps_2018_1989.pdf (2024/5/24 アクセス)
- 2) IBLCE (2023) IBCLC の職務行動規範

https://ibclc-commission.org/wp-content/uploads/2023/08/2023_May-1_Code-of-Professional-Conduct_FINAL_JAPANESE.pdf (2024/5/19 アクセス)

3) 厚生労働省 (2019) 授乳・離乳の支援ガイド (2019 年改訂版) の概要 2. ガイドの基本的な考え方

<https://www.mhlw.go.jp/content/11908000/000496256.pdf> (2024/ 5/19 アクセス)

4) 本郷寛子 (2015) 母親に寄り添うコミュニケーション・スキル In 日本ラクテーション・コンサルタント協会編. 母乳育児支援スタンダード 第2版. 医学書院 p44-47

5) 厚生労働省 雇用環境・均等局(2023). 令和4年版 働く女性の実情

<https://www.mhlw.go.jp/content/11901000/001155643.pdf> (2024/5/19 アクセス)

6) こども家庭庁(2023)「保育所等関連状況取りまとめ」を公表します. p2-4

https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/f699fe5b-bf3d-46b1-8028-c5f450718d1a/7803b525/20230901_policies_hoiku_torimatome_r5_02.pdf (2024/5/19 アクセス)

7) 厚生労働省子ども家庭局保育課 (2021) 保育を取り巻く状況について

<https://www.mhlw.go.jp/content/11907000/000784219.pdf> (2024/5/19 アクセス)

8) 厚生労働省 令和4年人口動態統計月報年計(概数)の概況

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai22/index.html> (2024/5/19 アクセス)

9) 厚生労働省 都道府県労働局 (2022) 育児休業、産後パパ育休や介護休業する方を経済的に支援します

<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kouseinenkin.files/ikuji.pdf> (2024/5/19 アクセス)

10) 厚生労働省 雇用環境均等局 (2023) 女性活躍及び仕事と育児の両立支援について

<https://www.mhlw.go.jp/content/11601000/001113119.pdf> (2024/ 5/19 アクセス)

11) Brown CR, et al (2014) Factors influencing the reasons why mothers stop breastfeeding, Can JPublic Health. 105(3) : e179-85

12) Howard C, et al (2000) Office prenatal formula advertising and its effect on breastfeeding patterns. Obstet Gynecol. 95(2):296-303.

13) UNICEF・WHO(2009)/BFHI2009 翻訳委員会訳(2009). SESSION 2 コミュニケーション・スキル, SESSION 3 妊娠中の母乳育児 妊娠中の女性との母乳育児についての話し合い In UNICEF/WHO 赤ちゃんとお母さんにやさしい母乳育児支援ガイド ベーシックコース「母乳育児支援のための10カ条」の実践. 医学書院 p43-76

14) トーマス・ゴードン/近藤千恵訳(2000)医療・福祉のための人間関係論 患者は対等なパートナー. 丸善出版