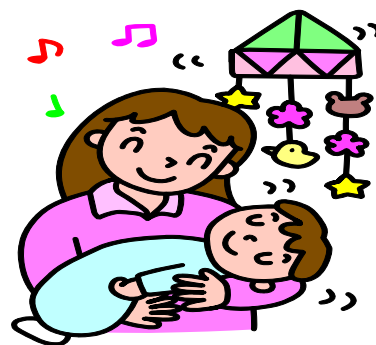




授乳 と くすい

授乳中のお母さんでも病気になれば薬を飲まなくてはならないときがあります。お母さんが飲んだ薬のほとんどは母乳の中に分泌されますが、一般にその量はお母さんが飲んだ量の 1%以下という極めて微量であるといわれています。しかし、赤ちゃんに悪い影響を与えるのではないかとこの心配から薬を飲むなら母乳を中止する、あるいは薬を飲むのをじっと我慢する、または自分だけの判断で母乳



を中断していることもあるでしょう。赤ちゃんにとって母乳はもっとも好ましい栄養源であり、かけがえのないものです。人工乳は、牛乳をはじめとするさまざまな原料から作られた母乳代用品であって、決して母乳と同じものではありません。薬の影響を心配して授乳を中断する必要はほとんどありません。たいていの場合は、薬を使いながら母乳育児を続けることができます。

■母乳の大切さ

母乳育児のメリットは赤ちゃん側とお母さん側の両方にあり、この効果は母乳を飲んでいく間だけではなく、成人になっても続くことがわかってきています。母乳は最も理想的な栄養成分を含み、消化・吸収が良く、アレルギーや感染のリスクを軽減させてくれます。

また、お母さんにとっても分娩後の出血防止や乳がん、卵巣がんなどの発生を減少させるメリットもあります。

◆赤ちゃんにとってのメリット

- ・ 栄養のバランスが最適で、牛乳によるアレルギーがない
- ・ 消化・吸収・排泄がよく、内臓の負担が少ない
- ・ 認知機能の発達
- ・ 免疫の獲得
- ・ 肥満、高コレステロール血症、糖尿病、高血圧などの発症リスクの低減

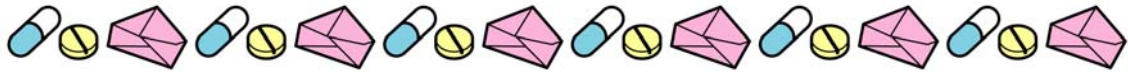
◆お母さんにとってのメリット

- ・ 乳がん、卵巣がんなどの発生を減少
- ・ 骨粗鬆症、関節リウマチ、糖尿病の発生を減少
- ・ 月経再開を遅らせ、貧血を予防
- ・ 体重を落とし、産後の肥満を防止

◆社会にとってのメリット

- ・ 赤ちゃんとお母さんの疾患発生率を減少することで、医療費の削減につながる





■不安にさせる原因

薬の説明書や書籍を読むと、ほとんどの薬に「投与中は授乳を中止させること」又は「授乳しないこと」などと書かれています。ラットなどの動物実験で母乳中に薬の成分が移行、またはヒトの母乳中から薬の成分が検出されたなどの理由で授乳が禁止になっている場合が多く、赤ちゃんにどのような影響が出るのかについては詳しい説明がなされていません。そのため、これらの文章どおりに従うと授乳中のお母さんは薬を飲むことができなくなってしまいます。

アメリカ小児科学会やWHO（世界保健機関）では母乳の大切さを理解した上でお母さんが使用した薬が実際に赤ちゃんにどのような影響を与えるのか、多くの症例報告から薬と母乳について安全性を審査して、薬ごとに使用が可能かどうかを判断しています。その結果、断乳が必要となるのは、母乳に移行する量が少なくても、赤ちゃんに有害な影響を及ぼすおそれのある抗がん薬、免疫抑制薬、放射性物質などの限られた薬になります。母乳へ移行する量が多くて赤ちゃんに影響が出る可能性のある薬を除き、風邪などの急性疾患で短期間に通常量を飲む場合であれば使用可能なものがほとんどです。



■授乳時期にも配慮

授乳時期によって対応が異なります。特に注意が必要なのは、生後1~2ヵ月くらいまでです。まだ、肝臓や腎臓の働きが不十分で、薬を排泄する能力が低いため、場合によっては、母乳中の薬が赤ちゃんの体内にたまり、思わぬ症状を起こすおそれがあります。

生後6ヵ月以上になると離乳食を食べ始め、発育とともに母乳を飲む量は減り、薬が与える影響もより小さくなります。もし、影響があったとしても、たいていは一過性の軽い症状ですみます。

■赤ちゃんの観察

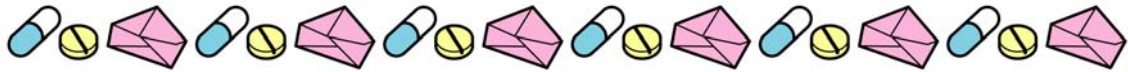
薬を使用して授乳を続ける場合は、念のため赤ちゃんの様子をよく観察しましょう。母乳の飲み具合、眠り方、機嫌・むずかり、発疹、下痢や嘔吐などに注意してください。

もし、決まった時間に母乳を飲まなくなったり、1回の睡眠時間が異常に長くなったり、うとうと状態が続く、変にぐずる、下痢、発疹など普段にない症状がみられたら、薬を飲むのをやめて、早めに主治医に相談してください。

■薬を飲むタイミング

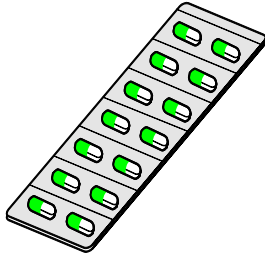
薬は、飲んだあと徐々に血液や母乳に移行していきます。一般的に母乳中の薬の濃度が最高になるのは服用した2~3時間後です。ですから、薬の服用直前あるいは直後に授乳をすれば、赤ちゃんへの影響を少なくできますし、赤ちゃんがまとまって寝る時間の直前に服用することでも、薬の影響を最小限にすることができます。





〈参考〉

◇風邪・インフルエンザ



お母さんが風邪やインフルエンザに罹っても授乳をやめる必要はありません。風邪をひいているお母さんの母乳には、その風邪のウイルスに対する免疫がたくさん含まれており、赤ちゃんが風邪に罹るのを予防したり、罹っても症状を軽くしたりする働きがあります。母乳から風邪がうつることはありませんし、かえって人工乳に代えてしまうことで、赤ちゃんは免疫を得られなくなります。また、急に授乳をやめてしまうと、お母さんが乳腺炎などの乳房トラブルを起こしやすくなります。一時的にせよ授乳をやめると、母乳の出が悪くなることもあります。

インフルエンザワクチンには、生きたウイルスは含まれていないので、母乳中にウイルスが移行することはなく、授乳中の赤ちゃんに影響があるとは考えられません。インフルエンザワクチンに限らず、どんなワクチンでも授乳中に接種することができます。

インフルエンザは薬を使わなくても自然に治りますが、高熱などの症状が辛いときは、解熱鎮痛薬（アセトアミノフェンなど）を使って症状を和らげることができます。オセルタミビル（商品名：タミフル）やザナミビル（商品名：リレンザ）は、熱のする期間を短縮することができます。タミフルは母乳の中に出る量が非常に少なく、母乳を通して赤ちゃんに影響が出る可能性はほとんどありません。また、リレンザは吸入で使われ、お母さんの血液の中へはほとんど入らないとされているので、母乳へもほとんど移行しません。インフルエンザウイルスは母乳へは移行しないので、母乳からインフルエンザが赤ちゃんにうつることはありません。

◇花粉症・アレルギー

アレルギーのあるお子さんには、赤ちゃんでも抗アレルギー薬を使って治療するのが一般的ですから、主治医に頼んで、赤ちゃんにも使う薬を出してもらおうとよいかもしれません。ただし、お母さんが強い眠気を催す薬は避けた方が良いでしょう。最近の抗アレルギー薬は母乳に移行しにくい薬も多く、赤ちゃんに影響が出ることはまずありません。

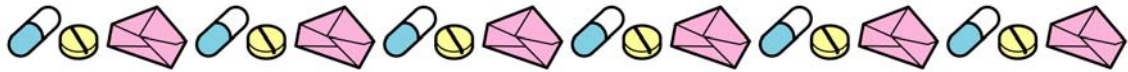
吸入ステロイドは副作用も少なく、お母さんの血液にもほとんど入らないので、安全に使うことができます。また、ステロイド外用薬も、皮膚から吸収されて血液の中に入るとしてもごくわずかなため、成分が母乳の中へ出るほどの量になることはまずありません。

お母さんの日常生活がスムーズにできることが育児のためにも必要ですから、主治医と相談して適切な薬を使って症状をコントロールしましょう。

◇解熱鎮痛薬

ほとんどの解熱鎮痛薬は、母乳中にわずかしこ移行しますが、アセトアミノフェンや





イブプロフェンを選んだ方がよいでしょう。

◇精神神経用薬

基本的に授乳中のお母さんが服用してはいけない薬はほとんどありません。むしろ必要なお母さんに薬を使わないことの方が、赤ちゃんにはよくありません。主治医の指示に従って、安心して薬を服用しながら母乳育児を行ってください。

◇抗生剤

細菌感染症を起こした赤ちゃんにも抗生剤を処方することがあります。赤ちゃんの治療のために処方される量に比べて、母乳の中にでる量はごくわずかですので、お母さんが抗生剤を飲んでいたとしても、母乳の中の薬で赤ちゃんに影響がでるとはほとんど考えられません。抗生剤は必要ときだけ、なるべく赤ちゃんにも使用できる種類の薬を処方してもらおうとよいでしょう。

◇外用薬

湿布薬、軟膏、点眼薬、点鼻薬など、その場所だけで効果を示す薬は、血液の中にほとんど入らないので、母乳の中に出ることもほぼありません。母乳は血液から作られるため、血液の中に入らない薬は母乳にも出ないことになります。したがって、これらの薬を使用しても授乳には差し支えないと考えられます。

◇タバコとアルコール

ニコチンはお母さんのからだの中にある濃度の1.5～3倍の濃度で母乳に移行します。また、母乳の分泌量も少なくなります。タバコは吸わない方がよいことは明らかです。これを機会に禁煙をお勧めします。しかし、直ぐに禁煙できない場合でも、母乳育児は続けて、受動喫煙を減らすために、赤ちゃんの前では絶対に吸わないようにしてください。

アルコールは母乳の分泌を減らすことがわかっていますので、お酒を飲むことは勧められません。たまにたしなむ程度なら大きな問題はないでしょう。アルコールがからだからなくなる時間は早いため、飲んだあとは、約2時間空けてから授乳すると影響は少ないでしょう。

たとえ母乳を飲ませられなくても、お母さん自身の健康状態がよいことが、赤ちゃんにとって一番大切なことです。

○相談窓口

○愛知県薬剤師会薬事情報室

(平日 午前9時～午後5時) 052-231-2261 (代)

○名古屋第一赤十字病院「妊娠と薬外来」

(平日 午後1時～4時) 052-481-5111 (代)

○あいち小児保健医療総合センター保健室 (代)

0562-43-0500

妊婦・授乳婦の医薬品適正使用ネットワーク構築に関する研究班 (平成21年3月作成)

