



こあら通信

小栗小児科医院 2019年 1月 149号
〒933-0014 富山県高岡市野村869
TEL: 0766-23-2229
URL: <http://oguri-shounika.com>

母乳育児をすすめる会設立40周年記念大会の記念講演に参加しました

母乳育児の効果

我が国における母乳育児支援の現状と課題
—母乳育児を推進するために—
日本母乳の会 監事
富山労災病院 婦人科部長 中野 隆先生

母親への効果

- ・子宮収縮を促すことで出産後の出血量を減少させることができます
- ・授乳により、月経発来を遅らせることで、産後の回復を助け、健康を保てます
- ・がんの予防
 - 1.閉経前の乳がんを減らすことができます
 - 2.卵巣がんを減らすことができます
 - 3.子宮体がんを減らすことができます
- ・II型糖尿病の発症を抑えることができます
- ・骨粗鬆症の予防になります

子どもへの効果

- ・疾患予防
 - 下痢、中耳炎起動感染症、細菌性髄膜炎、I型糖尿病など
- ・生活習慣病との関連
 - 1.肥満を減らすことができます
 - 2.II型糖尿病を減らすことができます
 - 3.血清コレステロール値を下げるすることができます
 - 4.高血圧を減らすことができます

母乳は何歳まで？

WHOでは、2歳以上までを推奨しています。理由としては、免疫力の受け渡しや母乳に含まれるラクトフェリンで赤ちゃんの腸内環境などがあります。でも、強制するものではないので、個々のペースで決めるのが一番いいそうです。



高岡市では、毎年「母乳育児をたたえる表彰」があります
対象者：母乳で育てた保護者（ミルク併用可）

母乳育児の割合は生後1か月児より3か月児のほうが高い
富山県は、母乳率が高い

ミルク栄養

母乳をあげなくても、心配はいりません。様々な理由で、母乳をあげられない場合もありますが、しっかり抱っこして、やさしく話しかけてあげれば、母乳育児と同じ効果が得られます。心配せずに安心して、子育てしましょう。

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

年末年始の休診

12月30日（日）
～1月3日（木）まで

