

おっぱいだより

20号

ようやく、朝晩の気温がさがり秋らしくなってきましたが、皆さん体調はいかがでしょう？夏を乗り切って、涼しくなってから体調を崩す方も多いので、休養をしっかりとって夏の疲れを残さないようにしていきましょう。



「乳がんについて知ってほしいこと」



先日、乳腺外科の利川先生から乳がんについて勉強会をしていただきました。医師、看護師、研修医合わせて40名以上の方に参加していただき、ありがとうございました。

「日本でも、食生活・生活様式の変化で乳がんは増えてきています。乳がんのリスク因子への介入で発症リスクを減少させることは、女性のライフスタイルが多様化している現代ではなかなか難しいですが、母乳育児、授乳をすることで乳がん発症のリスクを減らすことができます。特に授乳期間が長くなるほどリスクは減少します。

また、乳がんは自己検診で早期発見ができるものです。ぜひ、自分の身体に注意を向けてあげましょう。また、乳がんの検診受診率は、日本は欧米(60~80%)に比べてかなり低く(20~30%)、新潟は23.1%の受診率です。乳がんでの死亡率を下げるためには50%以上の受診率が目標だそうです。40歳以上の方、40歳未満でも家族に乳がんの方がいる、ホルモン療法を受けているなどあれば検診を受けましょう。」

とても分かりやすく、和やかな勉強会でした。

乳がんもそうですが、女性特有の子宮がん、卵巣がんも、長く授乳をすることで発症リスクを下げると言われていています。

今授乳中の方！これから出産される方！

仕事を続けながらも、授乳を続けて、乳がんのリスクを減らしていきませんか？

授乳で困ったことがあれば、お気軽に産科病棟、授乳外来などにご相談して下さい。

みなさん、BFHって何かご存知ですか？ずっと、おっぱいだよりを読んでくださっている方は今さら…？と思われるでしょうが、「Baby Friendly Hospital～赤ちゃんにやさしい病院」です。赤ちゃんの母乳を飲む権利を守り、アレルギーなどからも守るために、新潟市民病院はBFH認定を目指して、それぞれのお母さん、赤ちゃんにあった母乳育児のお手伝いをしています。



薬剤師さんが答えるお薬質問箱 Vol.3

～薬の移行とは～



母乳は、お母さんの血液から乳腺で作られています。

ほとんどの薬は、お母さんの体で吸収されてから血液中に入り、母乳に移行することが知られています。では、実際にはどのように移行するのでしょうか？

☆薬が母乳へ移行する経路

- ①毛細血管内皮を通り、乳腺細胞から乳管に拡散・分泌される
- ②細胞と細胞の間隙から、直接母乳に移行する

☆影響を与える薬物側の因子

- ①薬の分子の大きさが小さく水溶性のものは、細胞の間隙を通過して移行しやすい
- ②血漿蛋白質と結合しやすい薬は移行しにくい(蛋白と結合すると通りにくい)
- ③脂溶性の高い薬は脂肪滴に溶けこんで移行しやすい

☆影響を与える母親側の因子(薬の血中濃度が上昇し、移行しやすくなる)

- ①母親の腎臓・肝臓の機能の低下
- ②1回の投与量が多いものや、投与回数は少ないが、長く効果のある薬の服薬
- ③投与経路『注射>内服>外用』の順に移行しやすい

また、母乳の成分の変化により、移行の程度は変わります。

母乳の成分の変化としては、産後4～5日目までの母乳は初乳と呼ばれ、成乳と比べて脂肪が少なく、蛋白質が多く含まれています。日内変動もあり、朝が一番脂肪含有量が多いと言われています。授乳中にも母乳の成分は変化し、授乳の終わりには授乳のはじめよりも脂肪の量は4倍近くになります。また、母乳はほぼ中性ですが、授乳のはじめはやや酸性、終わりごろはアルカリ性に傾きます。

このように、母乳と薬の関係はいろいろな要素が絡み合っています。同じ効果を目的とする薬剤でも、それぞれの移行に特性があります。

ほとんどの薬は授乳期でも安全に服用できるとされており、明らかに適さないと判断される薬はわずかです(放射性ヨード、抗がん剤、麻薬など)。自己判断ではなく、必ず医師や薬剤師、助産師に相談して、お薬の使用や中止を決めることが大切です。適切な治療を受け、安心して授乳を続けられるように、気軽に母乳育児推進委員会のスタッフまでご相談ください。

今年も日本母乳の会から講師の先生をお招きして講演会を開催します。11月2日の予定です。詳細は後日お知らせします！