

# おっぱいだよ!

新潟市民病院母乳育児推進委員会  
令和8年1月

新年を迎え、寒さが一段と厳しくなる季節となりました。皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか。現在、インフルエンザが全国的に爆発的な流行を見せています。授乳中のお母さんは「インフルエンザにかかってしまったけれど、授乳しても大丈夫?」と不安に思う方も多くいらっしゃるかと思います。今回はインフルエンザと授乳についてご紹介します。

## インフルエンザ罹患時も授乳は原則継続可能です

インフルエンザウイルスは母乳を介して赤ちゃんに感染することはありません。そのため、お母さんがインフルエンザにかかった場合でも、授乳は基本的に続けて問題ありません。

### 授乳時に気をつけたい感染対策

授乳自体は継続できますが、飛沫や接触を介して赤ちゃんに感染させる可能性はあります。授乳時のマスク着用、手洗い・手指消毒で対策しましょう。咳やくしゃみが続く場合は、搾乳した母乳を家族に哺乳瓶で飲ませてもらうという選択も可能です。

### インフルエンザ治療薬と授乳

現在一般的に使用されている治療薬には以下があります。これらの薬は母乳への移行量はごくわずかで赤ちゃんへの影響はほとんどなく、授乳中でも使用可能とされています。

「赤ちゃんに影響するのでは…」と心配して薬を早めに中止してしまうと十分な効果を得られずかえって回復が遅れてしまいます。

決められた期間しっかりと使用することで効果を最大限発揮でき、早い回復につながります。赤ちゃんのためにも、まずはお母さんがしっかり治ることが大切です。



分類	インフルエンザ治療薬				解熱鎮痛剤
薬剤名	タミフル (オセルタミビル)	ゾフルーザ	イナビル	リレンザ	カロナール (アセトアミノフェン)
投与方法	内服	内服	吸入	吸入	内服
投与回数	1日2回 5日間	1回	1回	1日2回 5日間	発熱・疼痛時

インフルエンザだけではなく、さまざまな感染症が流行する時期です。日頃からこまめな手洗い・うがい、マスクの着用など感染対策を心がけましょう。また、体調不良等で受診する際は、必ず授乳中であることをお伝えください。正しい知識をもって対応すれば、適切な治療とケアを行いながら安心して授乳を続けることができます。ご不安な点があれば、いつでもご相談ください。