



【Q&A】季節性インフルエンザと母乳育児

Q: 今授乳中なのですが、私が季節性のインフルエンザにかかってしまっても、母乳をあげて大丈夫でしょうか？

また、内科でインフルエンザの薬が出た場合、母乳を飲ませ続けてもいいのでしょうか？

これからインフルエンザの予防接種を受けようかと思っていますが、授乳中でも受けられるのでしょうか？

A: ご自分がインフルエンザにかかってしまった時の授乳や、インフルエンザの薬を飲んでいるときの授乳、また授乳中の予防接種についてどうしたらよいのか、不安に思っているのですね。どうすればよいか事前に知識を得ようとされている姿勢が素晴らしいですね。

では、順番に考えていきましょう。

(1) お母さんが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。

インフルエンザはインフルエンザウイルスが感染することによって起こります。感染経路は飛沫感染で、咳やくしゃみのときに空気中に飛び散った粒子の中のウイルスを吸い込むことによって感染が起こります。インフルエンザウイルスは気道粘膜で増殖するので、血液の中に大量のウイルスが出現することはなく、母乳中にたくさんのウイルスが出ることは考えられません。また搾った母乳を飲ませて、そこから赤ちゃんにインフルエンザが感染したという報告もないようです。

母乳を飲ませるときはお母さんが赤ちゃんとは濃厚に接触することになりますが、これは人工乳を哺乳びんで飲ませるときも同じことです。

オムツを換えたり、何か赤ちゃんの世話をすれば、やはり感染の可能性はあります。またお母さんだけでなく家族のだれでもインフルエンザに感染していれば、赤ちゃんにうつる程度の接触はあると考えられます。

授乳するときは次のことに気をつけましょう。手は石鹸を使ってしっかりと洗いましょう。赤ちゃんの顔に向かってせきやくしゃみなどをしないように気をつけ、ガーゼマスクではない不織布性マスクを勧められている方法でつけて授乳しましょう。

(2) 赤ちゃんにうつっても、母乳を飲ませ続けるほうが軽くてすむと言われています。

母乳の中には多種類の感染防御因子(赤ちゃんを感染から守る細胞や物質)が含まれており、母乳を中断することによって、赤ちゃんはこれらの受動免疫(自分ではなく、他人からもらった免疫)を受けられなくなります。お母さんがインフルエンザの症状を出す前にすでにもう赤ちゃんは感染している可能性もあり、引き続き母乳を飲ませるほうが、隔離して母乳を中断するよりもむしろ安全と言われています。母乳中の免疫のおかげで、赤ちゃんが感染しても軽症ですむと言われています。

(3) 抗インフルエンザ薬が母乳に移行するとしても、ごくわずかです。

現在日本で使用されている抗インフルエンザ薬には、タミフル(一般名:オセルタミビル)とリレンザ(一般名:ザナミビル)、イナビル(一般名:ラニナミビル)、ラピアクタ(一般名:ペラミビル)があります。

そのうちリレンザ、イナビルは吸入薬で、体内に吸収される量は少なく、母乳中への移行はほとんどないと考えられますので、授乳中のお母さんに使用するのに適しているとされています。

また、タミフルも、内服した場合の血中の薬の濃度は低く、母乳中に移行したとしても、赤ちゃんへの影響はほとんどないとされています(注1、2)。

ラピアクタは注射液で、口から飲んだ場合の吸収率は低いので、赤ちゃんへの影響はほとんどないと考えられます(注3)。

注1: 文献によれば、タミフルを内服した場合の成人の薬剤血中濃度は 555ng/mL です。血中の濃度と母乳中の濃度が同じだとすると、赤ちゃんが1日1リットルの母乳を飲んで、0.555mg/日の摂取量です。1才の小児の治療量は、体重が 10kgとして、40mg/日です。

注2: 参考資料 P69 妊娠・授乳と薬 対応基本手引き(改訂2版)2012年12月改訂 愛知県薬剤師会
<http://www.apha.jp/archives/002/ninpu/tebiki.pdf>

注3: ラピアクタ申請資料概要 <http://www.info.pmda.go.jp/shinyaku/P201000056/index.html>
ペラミビルの経口投与でのバイオアベイラビリティは低い(2.3%)、

(4) 母乳を中断することになった場合、お母さんはどうなるでしょうか？

お母さん自身が重症で、とても母乳を飲ませられない状況のときは、だれかに頼んで一時的に人工乳を飲ませたいと思うかもしれません。一時的に授乳を中断すると乳房が張って困るので、その場合は搾乳しなければならないかもしれません。高熱があつてつらいのに搾乳するのはたいへんでしょう。乳腺炎になる可能性もあるかもしれません。

母乳はお母さんが寝たままでも添い乳で飲ませることができます。授乳が終わればそのまま眠ってしまうこともできます。

中断を選択したら、今まで母乳だけだった場合、哺乳びんや人工乳の缶を買いに行かなければなりません。手伝ってくれる人がいなければ、お母さんが自分で起き出して作らなければなりません。

ですから、たいていの場合、寝たまま授乳する方がずっと簡単に感じられるでしょう。お母さんが高熱を出している場合は、脱水にならないように、お母さん自身が水分を十分摂るようにしましょう。

(5) 授乳中でもインフルエンザの予防接種を受けることができます。

家庭の中にインフルエンザを持ち込む可能性のある、赤ちゃんのお父さんや上の子どもたちなどの家族皆で、インフルエンザの流行シーズンになる前に、予防接種を受けおくことが望ましいでしょう。授乳しているお母さんもインフルエンザの予防接種を受けることができます。

家族のだれが罹っても赤ちゃんにインフルエンザがうつる可能性があるのですから、皆で予防することが大切です。

(6) タミフルを使用しないという選択もあります。

抗インフルエンザ薬であるタミフルは 2004 年 1 月から 1 歳未満には投与禁止となりました。これは動物実験の結果、安全でない可能性があるという理由で、乳児に使用して有害な副作用が出たという報告はありません。また 10～19 歳までの年齢には、異常行動が増加することが懸念されたため 2007 年 3 月から使用しないようになりました。

一方、もともとインフルエンザは健康な成人が罹患しても自然治癒する疾患です。タミフルの効果は有熱期間を約 1 日短縮させるだけとされています。ですから授乳中の成人女性は、「抗インフルエンザ薬は内服せず、解熱剤などの一般的な薬剤だけを必要に応じて使用する」という選択もできます。

以上のようなことから、感染を心配して授乳を止める必要はないこと、母乳中の薬剤の影響も心配ないとされていること、母乳育児を続けることによって得られる水分・栄養・免疫その他のメリットを考え、お母さん自身の体調と相談して決めていけばよいと言えます。

そして、できれば、インフルエンザにかかりにくくするために、家族皆で予防接種を受けておくとういでしょう。

参考文献：

1. Laurence RA. Breastfeeding :A Guide for Medical Profession. 6th ed. St. Louis, Mosby, 2005
2. American Academy of Pediatrics : Red Book: Report of the committee on infectious diseases, 28th ed. Elk Grove Village, 2009
3. Hale T: Medications and Mothers' Milk, 13th ed. Texas. Pharmasoft Publishing, 2008
日本語訳は水野克己ほか監訳：薬剤と母乳.13 版

2009.年 12 月 および 2015 年 3 月一部改訂
JALC 学術事業部 Q&A 部会

NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会 (Japanese Association of Lactation Consultants: JALC) とは、国際認定ラクテーション・コンサルタント (International Board Certified Lactation Consultant: IBCLC) 及びその他の母乳育児支援にかかわる専門家のための非営利団体です。1999 年 1 月に設立され、母乳育児の保護・推進・支援のため、母乳育児に関する学習会開催や情報の提供、教科書執筆などを含む多面的な活動を行っています。(http://jalc-net.jp/)

この資料は、非営利目的の場合に限りご自由にダウンロード下さい。そうでない場合には JALC 事務局 info@jalc-net.jp までご連絡ください。この資料の著作権は JALC に属します。
