

「おっぱい」のいろいろ

母乳について

母乳とは、生きた細胞成分を含み、感染防御の働きをもつ液体です。ママの母乳は、彼女自身の赤ちゃんに特にふさわしいもので、その赤ちゃんの月齢に応じて、ニーズに合った栄養を供給するように変化します。母乳は、赤ちゃんが生まれ、ホルモン分泌が働き始め作られます。おっぱいの中にある乳腺細胞で作られた母乳が、赤ちゃんが吸うことにより乳管を通して外に出されます。

母乳育児のメリット

赤ちゃんへは・・・

- ・赤ちゃんにとって必要な栄養が含まれる
- ・ママとのスキンシップにより、発達を助ける
- ・多くの感染症から守る
- ・アレルギーになりにくい
- ・あごと顔の筋肉の発達を助け、中耳炎や歯並びの異常を減らす
- ・大人になってから高血圧・肥満になるリスクが減る
- ・知能指数、認知能力が高くなる

ママへは・・・

- ・母性が深まりやすい
- ・産後の体の回復を助ける
- ・授乳自体が自然のダイエットになる
- ・乳がんなどの婦人病のリスクが減る
- ・費用がかからない
- ・調乳の必要が無いため簡単

社会へは・・・

- ・子どもの病気のために休むことが少なくなる
- ・保健医療費の負担が少なくなる
- ・災害時などにも困らない
- ・ゴミがでない



乳房の病気

- ・乳腺炎・・・主に乳汁が溜まって、炎症を起こした状態を言います。細菌の感染によるものもあり、多くは産後の授乳中の人に起こります。痛みや乳房が赤く腫れ、熱が出ます。頻繁な授乳や搾乳で溜まった乳汁を外に出し、抗生剤の注射や内服剤での治療を行います。
- ・乳腺症・・・明らかな原因は不明ですが、卵巣ホルモンの周期的な変化に乳腺が次第に同調できなくなることが原因と推定されています。多くは両側の乳腺にでこぼこのあるしこりを作り、痛みを伴うことが多く、生理の前にしこりが張ったり、痛みが強くなるのが特徴で、乳がんと区別しにくいものもあります。治療の必要は特にありませんが、痛みがひどい場合には、薬物治療などを行います。

乳がん

○乳がんとは・・・大人の女性の乳房は、乳腺が、乳頭を中心に放射線状になっています。乳腺の組織は、小葉として分かれています。乳管～乳管洞～乳管口と繋がっていきます。乳がんのほとんどは乳管から発生しており、乳管がんと呼ばれ、一部小葉から発生するもので小葉がんと呼ばれています。

○乳がんの罹患者数・死亡者数・・・乳がんの罹患者数・死亡者数は年々増加傾向にあり、罹患者数は死亡者数の4倍以上になります。

○症状に関して

- ・乳がんが1cmぐらいの大きさになると、しこりが分かることがあります。
※しこりがある場合、全て乳がんという訳ではありません。
- ・皮膚の近くに乳がんがある場合、えくぼのようなくぼみが発生したり、皮膚が赤く腫れることがあります。
- ・乳房の付近にあるリンパ節に転移しやすく、リンパ節が腫れることがあります。

○検診方法・・・腫瘍ができる場合と浸潤など腫瘍を作らない場合があります。

腫瘍形成タイプ

- ・乳房超音波（エコー）検査 ・マンモグラフィー検査 ・視触診

腫瘍非形成タイプ

- ・マンモグラフィー検査

○定期的なチェックを心がけましょう

20～30歳代

- ・月1回のセルフチェック ・1年に1回の超音波検査

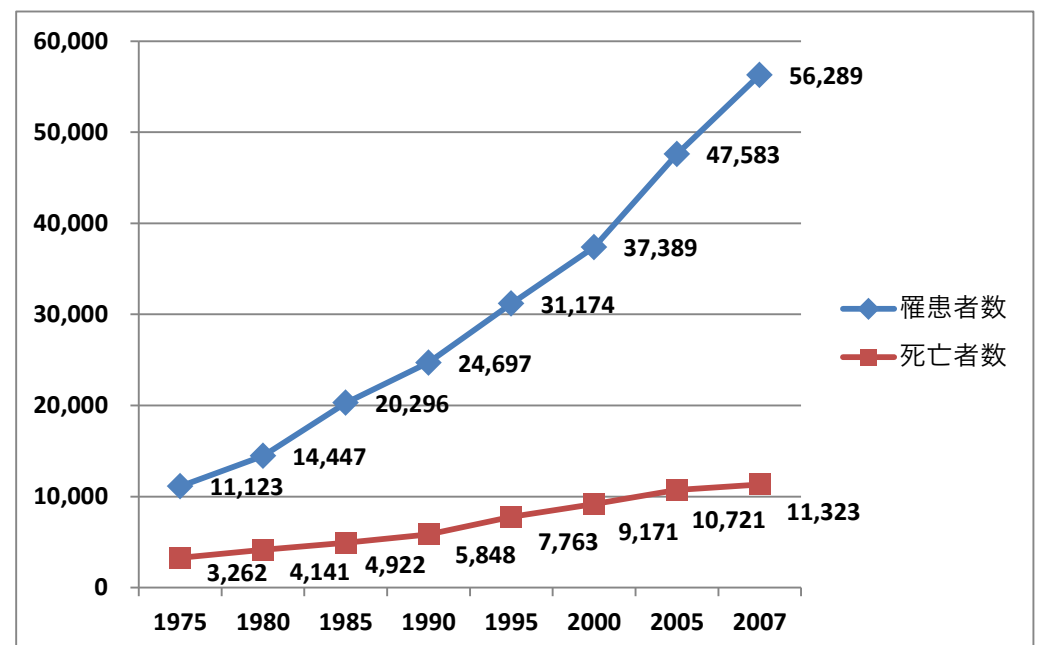
40歳代

- ・月1回のセルフチェック
- ・2年に1回（可能であれば1年に1回）の2方向撮影によるマンモグラフィー
- ・1年に1回の超音波検査

50歳代～

- ・月1回のセルフチェック
- ・2年に1回（できれば1年に1回）の1方向撮影によるマンモグラフィー

乳がん罹患者数・死亡者数



出典：独立行政法人 国立がん研究センターがん対策情報センター

超音波検査やマンモグラフィー検査は、クリニックでご予約ください。

超音波検査・マンモグラフィー検査実施可能クリニック
セブンベルクリニック（稲沢市）
ロイヤルベルクリニック（名古屋市緑区）
フォレストベルクリニック（名古屋市守山区）

引用文献

UNICEF/WHO 赤ちゃんとお母さんにやさしい母乳育児支援ガイド ベーシックコース
医学書院 2009
母乳育児支援コミュニケーション術 南山堂 2012