

さかいたけおの「母乳育児奮闘記」

さかいたけお赤ちゃんこどもクリニック 堺 武男

第 11 回 乳児期早期に体重が増えすぎる赤ちゃん

体重が増えない、補足をどうしよう、という相談はよく受けます。ところがその一方で体重が増えすぎ？る赤ちゃんもいます。特に2-4ヶ月頃に体重増加が著しく8-9kgにまで増えてしまいます。健診では「母乳の回数を減らしなさい」とか、「お母さんの食事を減らしなさい」などと言われる母親も結構います。混合や人工乳の場合であればミルク量を減らすということに対応できますが、母乳の回数を減らせば赤ちゃんはギャンギャン泣くし、母乳分泌も悪くなります。お母さんの生き甲斐でもある食べることを減らすなんて出来ません。そこで今回は母乳育児で体重がどんどん増える赤ちゃんについて考えてみます。

■過飲症候群

橋本武夫先生が警鐘を鳴らしている「過飲症候群」について考えてみます。生後1-2ヶ月の赤ちゃんで、一日50-60g以上の体重増加があり、それに伴って、鼻汁が多く、ゼコゼコして、腹部膨満もあり、便は頻回でそのため肛門周囲皮膚炎になり（一部びらんを伴ったオムツ皮膚炎）、そして溢乳、吐乳も多い赤ちゃんを指します。この際は前搾りとか工夫して授乳量を少し減らすことが必要になります。

■症状がなくても体重の増える赤ちゃん

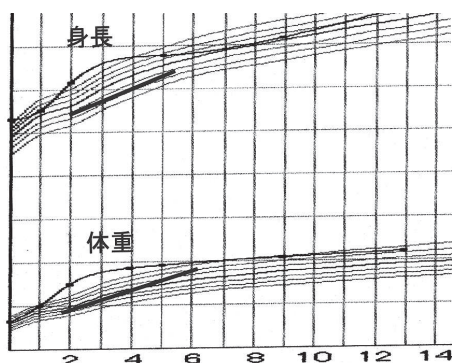
過飲症候群の症状が無くても2-4ヶ月に体重がどんどん増える赤ちゃんは結構います。実は、これらの赤ちゃんについては生理的な体重増加であることが分かっています。

まず、出生後赤ちゃんたちのほとんどは6ヶ月まではリポ蛋白リパーゼという酵素の活性が高く、脂肪合成が盛んとなり、体脂肪が増加して「過体重」の状態になりやすいのです。新生児期の体脂肪は11%ですが4ヶ月には26%まで増加します。この時期は身体の脂肪細胞の数は増えずに細胞のサイズが大きくなります。1歳を過ぎると今度は脂肪細胞の数が増えていきます。この乳児期早期の脂肪合成による体重増加は4-5ヶ月には落ち着き標準レベルになります（図参照）。特に母乳児は体脂肪率が混合-人工乳児よりも高くなりますが、その後の低下は人工乳児より早いことも分かっています。つまり、母乳児の体脂肪率は自然に低下していきます。それは脂肪細胞のサイズが小さくなるためです。実際に、この後5ヶ月以降は一か月の体重増加は150-200g程度に落ち着いてしまいます。

では、何故この時期に、しかも全ての赤ちゃんに共通ではなく、このような体脂肪率増加の現象が起きるのかの詳細は実は分かりません。おそらくは乳児期早期の急激な脳の発達に対するエネルギー供給のための合目的な作用ではないかと考えられています。でも中にはこの時期に体重が増えない赤ちゃんも多く存在しますが、それが知的発達に影響しないことも分かっています。

母乳がもたらす様々な作用にはまだまだ未知の奥が深いものがあります。

私たちが謙虚な気持ちで母乳育児の支援を続けたいものです。



図：上が身長、下が体重。完全母乳児で乳児期早期に体重が増える子の典型例。4ヶ月頃まで体重が増え続けるがその後落ち着き、一歳では10kgの標準体重となっている。