

母乳と薬剤

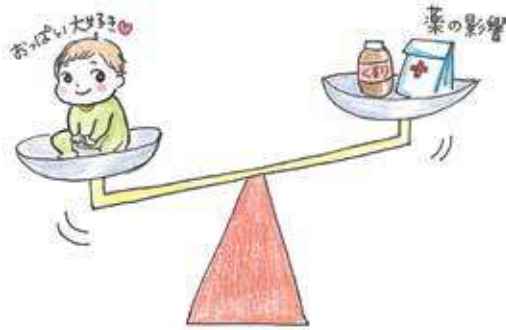


お母さんが薬を使用しているとき、母乳にお薬の成分は出るのでしょうか？と聞かれたら、答はイエスです。実はほとんどの薬が母乳中に出ていると聞いていいでしょう。では、薬を使用しているときは、母乳はあげられないのでしょうか。いいえ、必ずしもそうではないのです。しかし医療者によっては「薬を飲んでいる間は授乳を避けて」とお話しされることもあります。どちらも間違いではありません。これはどういうことでしょうか。これからこの問題を説明していきます。

母乳と薬を取り巻く現状

お母さんの飲んだ薬は母乳に出てくるのがほとんどです。肝心なのは、どの程度の量が母乳に分泌されるのか、母乳を飲んだ赤ちゃんにどれほど影響を与えるのかということなのです。

現状の日本における医薬品の情報（医薬品添付文書）では、母乳に少しでも出る可能性がある薬剤には、安全性を優先して「授乳しないこと」ともしくは「授乳中に薬を投与しないこと」と記載されています。これに従うと、日本の医薬品のほとんどは授乳中に使用できなくなります。現在この記載は、母乳の利点と赤ちゃんへの薬の影響の程度を考えない非科学的な内容であるとされています。しかし、医療従事者は原



則、医薬品添付文書に従うことが義務付けられているため、「授乳中は薬を飲めない」という指導になってしまうのです。

一方海外では、母乳のメリットを生かし、薬剤使用中もできるだけ母乳を継続していくよう支援する動きが主流となっています。UNICEF/WHO（世界保健機関）やアメリカ小児学会では、授乳を避けるべき薬剤は3%であり、注意すべきまたは影響の懸念のある薬剤は23%、その他74%の薬剤は授乳中に服用しても差し支えないとされ、薬剤による影響よりも授乳を中断してしまうほうが赤ちゃんにとって危険である、とも言われています。

日本の厚生労働省でも、このような現状から「薬の使用による母乳への影響については科学的根拠に基づき判断の上、支援すること」と提示するようになり、医療従事者においても医薬品添付文書だけに頼らず、いろいろな情報を収集し、授乳の可否を判断していくように変わってきています。

安易な母乳中断は避けるべき

母乳への分泌が少ない薬の場合、授乳継続を選択できる可能性があります。

もちろん、すべての薬剤が授乳を継続するにあたって安心安全ではありませんし、お母さんや赤ちゃんの体調によってもリスクは異なります。しかし、薬⇨母乳中断と即決せずに、できるだけ母乳のメリットを

生かしながら、お母さん・赤ちゃん双方ともに良い道を見つけていくことが大切です。お母さんと赤ちゃんにとって、かけがえのない時間と育児プロセスの中で、「あの時母乳を止めたくなかったのに…」という後悔はして欲しくない、というのが我々医療者の思いです。

薬が処方され医師から授乳を止められた!?

先生に「お薬を飲んでいる間は授乳はやめて」と言われた時、お母さんは判断に困ることが多いと思います。授乳をやめて治療に専念したほうがよいケースかもしれないし、継続しても問題のないケースかもしれません。薬の種類・量・内服期間だけではなく、赤ちゃんとお母さんの様々な条件を全体的に考えた上で、授乳継続か否かが判断されます。それでも、その医療者が母乳と薬の関係についてどれだけの知識を持っているかで異なり、現状では判断が難しいことは前述したとおりです。

お母さんに授乳継続の希望があるのであれば、十分な情報を得るために一呼吸をおいてから決定しても遅くはありません。不正確な情報で止めなくていい母乳育児を止めてしまわないようにしましょう。相談先としては、出産した産科の先生やお世話になっている小児科の先生、助産師・薬剤師などが望ましいでしょう。

また現在では、授乳と薬に関する電話相談を受け付けている左記のような機関もあります。同ホームページには、授乳中のお薬の情報も掲載されています。

妊娠と薬相談センター： <http://www.ncchd.go.jp/kusuri/>

ママのためのお薬情報： <http://www.ncchd.go.jp/kusuri/lactation/index.html>

薬を使用しながら授乳する際、気を付けること

薬は母乳に多少なりとも分泌されます。赤ちゃんへの影響はごくまれであると考えられていても、ゼロではありません。ですが影響が疑われた時点で授乳を中止すればその影響はなくなることがわかっている薬がほとんどです。

薬を使用しながら授乳する際、注意が必要な場合は医療者から「授乳中は赤ちゃんのこんな症状に注意して、なにか気づいたことがあれば小児科の先生にご相談してください」と説明されるでしょう。注意すべき症状は薬の種類によって様々ですので、その都度ご相談ください。

薬を使用してから授乳まで、時間を空けたほうがいいの？

一般的に薬が体の中で一番濃度が高くなる時に、母乳中の薬の濃度も濃くなるのですが、薬の性質によってはこの限りではありません。また、1回のみで使用であれば、時間を空けて授乳することも可能です。1日3～4回飲む薬では難しくなります。また、長時間効果が出る薬や、毎日定期的に飲む薬では、体の中の薬の濃度はほぼ一定に保たれており、時間をあけることで、母乳への薬の分泌を減らす効果はわずかです。



このようなことから、もともと母乳への分泌が少ない薬であれば、特に授乳までの時間を空ける必要はありません。

この他に、お母さんの治療上、場合によっては夜間の授乳をお休みしたり、授乳のペース配分を工夫したりする必要もあります。医師や助産師、薬剤師と相談しながら、ご自分にあつた方法を見つけていきましょう。

母乳のために薬を飲まないで頑張つてはダメ！

医師は妊婦さんや授乳婦さんには出来るだけ薬は処方しないように心がけています。その上で処方された薬は、お母さんの今の病状にはとても必要な薬であると言えるでしょう。薬が母乳にできることを心配するあまり、処方された薬を飲まず、具合悪くなりながら必死で授乳を続けると、お母さんの体調が悪くなり、母乳どころか育児そのものが満足にできなくなる可能性が出てきます。これは本末転倒といえましょう。

育児は長いのですから、無理をせずに体調を整えていくことが大切です。お母さんが体調良く育児を継続していけるよう、薬を上手に活用していきましょう。

授乳を断念する時、または一時中止するとき

様々な角度から考えても、授乳を断念せざるを得ないとき、または一時中止しなければならぬときもあります。母乳で育てたいとお考えの

お母さんにとって、とてもつらい選択です。

でも罪悪感をお持ちになることはありません。お母さんが薬の治療で元気を保つことができ、赤ちゃんと一緒にいられること、これこそが赤ちゃんにとっての一番のメリットなのです。

断乳、一時中止の場合、乳腺炎を起こす可能性がありますので、搾乳が必要になります。搾乳の方法については、本書（32ページ）をご参考下さい。

医療従事者の方へ

お母さんから相談を受けた際、医薬品添付文書だけでは十分な情報が得られないことがほとんどであるため、他の情報ツールに頼らざるを得ません。本章の最後に参考となる文献を紹介してあります。添付文書情報だけではなく、総合的に判断していただけることを願って止みます。

母乳に薬はどれぐらいいるの？

A 薬によって出やすい薬、出にくい薬があります。出やすい薬はお母さんの血液の濃度よりも濃く母乳に出るものがあります。出にくい薬は、お母さんの飲んでいる量の1/100、1/1000という量です。

授乳をしないほうがよい薬剤はどんなもの？

Q 母乳に濃く出る薬剤、毒性が強い薬剤、母乳分泌を止める薬剤、赤ちゃんの体の中に残りやすい薬剤などです。放射性物質を用いるアイソトープ検査などでは、授乳を一定期間中断することが勧められます。

授乳中、サプリメントは使用してもいい？

Q 現代社会において、手に入るサプリメントは星の数ほどの種類があります。その中では有効性・安全性などがはっきりわからないものもあります。まして、母乳への影響は不明なものが数多くあります。授乳中は薬・サプリメント系は必要最小限にしたほうが安全でしょう。ビタミン・ミネラルに関しては、一般的な摂取量であれば問題ないとされています。

Q 薬が少しでも母乳にでるなら、やはり授乳は止めた方がいいのでしょうか

A 赤ちゃんも必要があれば薬を服用します。薬は全て赤ちゃんに害があるとはかぎりません。ほとんどの薬は赤ちゃんに影響しないと考えてよいのです。薬の影響を心配して一旦授乳を止めてしまうと、

その後再開しても十分な量の母乳が出なくなることがあります。授乳を継続するか否かは、最終的にはお母さんの判断にお任せしますが、安易に授乳を止めるのではなく十分な情報を得た上で、お母さん自身が後悔しないような選択を支援していくことが重要だと考えています。

Q 市販薬は使用してもよいですか？

A 市販薬に関しては意見が分かれるところですが、必要最小限にとどめておくのがよいでしょう。市販薬には複数の薬効成分が含まれており、その中には授乳についての安全性がよくわからないものもあります。また多くの総合感冒薬に含まれているカフェインは、母乳に分泌されて赤ちゃんに影響をおよぼすことが報告されています。

病院を受診し、母乳に影響の少ない成分で、症状に合わせた最小限の量を処方してもらったほうがより安全といえます。

Q カフェイン、アルコールの影響は？

A カフェインの取りすぎには注意が必要ですが、1日にコーヒー2〜3杯までなら問題ないと言われています。赤ちゃんはカフェインをうまく分解することができません。カフェインを取りすぎると、母乳から赤ちゃんが摂取する量が多くなり、赤ちゃんの神経過敏や不眠が



起こると報告されています。

アルコールは母乳に急速に移行します。母親がアルコールを大量に飲んだ時の母乳で、赤ちゃんがアルコール中毒になった事例も報告されています。それでもある程度は大丈夫です。アルコールの摂取量はお母さんの体重1kgあたり0.5g/kgをこえないこと、また授乳までの時間は2〜3時間あけることと言われています。量の目安は350ccの缶ビール2本、またはワイングラスに2杯程度になります。お酒を飲みたいからといって断乳を考えたりする必要はありません。でも、アルコールの分解能力は個人差がありますので、注意が必要です。

参考文献 (HPサイト)

1. 水野克己：母乳と薬剤 第3回医師のための母乳育児支援セミナー資料集 46-58
日本ラクテーション・コンサルタント協会, 2007
2. 厚生労働省：授乳・離乳の支援ガイド・授乳編 16
3. 水野克己：母乳とくすりーあなたの疑問解決しますー改訂2版 南山堂
4. 大分県「母乳と薬剤」研究会編：母乳とくすりハンドブック
5. 林昌洋、石川洋一：第2版妊娠・授乳とくすりQ&Aー安全・適正な薬物治療のためー じほう
6. 伊藤真也、村島温子：薬物治療コンサルテーション 妊娠と授乳 改訂2版 南山堂
7. Hale, T.W. : Medications and Mother's Milk
8. G.G.Briggs : Drugs in Pregnancy and Lactation
9. U.S. National Library of Medicine : TOXNET [Lact Med]
<http://toxnet.nlm.nih.gov/newtoxnet/lactmed.htm>
10. 妊娠と薬相談センター : <http://www.ncchd.go.jp/kusuri/>