

使いません「完全母乳（完母）」という言葉 ～ 一人ひとりの子育てに寄り添って ～

NPO法人ラ・レーチェ・リーグ日本
lllJapan.org 2018年5月13日



「完全母乳（完母）」の元の意味は？

今、「完全母乳」という言葉が一般に広まっています。この言葉は、英語のExclusive breastfeeding(乳児用ミルクなどを一切使わずに母乳だけで育てていること)から来ているようです。生まれてから母乳だけを飲んでいる赤ちゃんが特定の病気にかかりにくいかどうかを調べる医学研究では、その赤ちゃんが乳児用ミルク、糖水、果汁など、母乳以外のものを飲んでいないかを確認します。そのための専門用語として使われているExclusive breastfeedingには、本来、完全とかパーフェクトという意味合いはまったくありません。一方、日本語の「完全母乳」には、少しでも欠けてはならない、というニュアンスを感じて、プレッシャーやつらい気持ちを感じる人がいるのではないのでしょうか。

一度の授乳でも、かけがえのない母乳育児

さまざまな理由で乳児用ミルクを併用している場合、母乳を飲ませ続けることで、健康への恩恵は大きくなります。母乳中にある免疫物質は、赤ちゃんの免疫機能を刺激してさらに多くの免疫物質を作るので、母乳をやめたあとでも、その子をずっと守り続けます。小さじ1杯の母乳には菌を殺す細胞が300万も入っているといわれています。ですから1日にほんの少しの母乳を飲むだけでも、それは赤ちゃんにとって貴重な役割を果たします。たとえ1回でも母乳を飲むことができたなら、それは赤ちゃんにとってかけがえのない母乳育児です。あるいは医学的な理由があっても、一度も母乳を与えない選択をしたとしたら、それもまた、お母さんと赤ちゃんの健康にとって最適な選択をしている、と胸を張っていえることです。



母乳育児は生活の中の営み。「完全」とはすぐわかないもの

母乳育児を取り巻く状況は、一人ひとり異なります。出産前後、母乳育児がしやすい環境や適切な支援・情報が得られたかどうか。その後も継続してサポートを得られたかどうか。医学的な理由があったり、想定外のトラブルに見舞われたりすることもあるでしょう。

何よりも、母乳育児は生活の中にある営みです。家族のさまざまな状況の中での、試行錯誤の積み重ねです。そんな営みである育児に、「完全」という言葉はすぐわかないのではないのでしょうか。母乳育児は、「完全母乳」もしくはそれ以外、というような二者択一ではありませんし、たった一つだけの正解があるようなものでもありません。ですから、私たちラ・レーチェ・リーグでは、「完全母乳(完母)」という言葉を使いません。

ラ・レーチェ・リーグが各地で開いている「集い」では、母乳育児に関することをテーマにさまざまなことが話し合われています。そこでは、母乳だけで育てているかどうかにかかわらず、さまざまな状況のお母さんどうしが、それぞれの経験を分かち合い、励まし合っています。