



おっぱい通信

第38号

2014年2月

大阪南医療センター
母乳育児支援委員会



母乳と赤ちゃんのアレルギーについて



私が元々アレルギーを持っていて、現在母乳をあげているのですが、赤ちゃんがアレルギーにならないか心配です。私自身何か気をつけた方がよいことはありますか。

アレルギー発症については家族歴が原因の1つになると言われていますが、アレルギー疾患の発症率には影響しません。

また、食事制限をしても赤ちゃんのアレルギー発症率にはほとんど影響がないということがわかってきています。そのため、アレルギーが出やすいと言われている卵や乳製品などの食べ物を控えることは推奨されなくなりました。



母乳育児を長く続けた赤ちゃんの方がアレルギーの発症率が少ないという研究結果があります。

無理な食事制限はせずバランスの良い食事を。
そして、赤ちゃんにはたっぷりの母乳と愛情を♡

参考文献：海老澤元宏ら（2013）「食物アレルギーの病態・診断・管理」211-218
日本小児アレルギー学会/食物アレルギー診療ガイドライン2012 第11章

何かお困りのことやご質問があれば最寄りの小児科へご相談下さい

