



# おっぱい通信

第33号

2012年2月

大阪南医療センター  
母乳育児支援委員会



## 『たばこと母乳育児』 家族みんなで禁煙を

たばこを吸っていたり、まわりの人がたばこを吸っていると、**流産や早産のリスク**が高まります。ニコチンの作用で、**胎盤の細かな血管の血流が悪くなり**、赤ちゃんは**酸素不足や栄養不足**となります。

出産後も喫煙し続けることは、赤ちゃんがよくぐずったりするだけでなく、乳幼児突然死症候群のリスクに深く関係していることがわかっています。

**お母さんと赤ちゃんのためにも、  
このチャンスを活かして家族みんなで禁煙をしましょう。**

どうしてもタバコがやめられない・・・  
母乳をあげているけれど、赤ちゃんによくない  
って聞くから、ミルクにした方がいいの？



たとえ喫煙をしても、必ずミルクにする必要はありません。  
母乳育児を続けることで赤ちゃんの身体を守り、乳幼児突然死  
症候群のリスクを低下させます。

お母さんの身体にもよく、子宮がんや乳がん、骨粗鬆症のリスク  
が低下することがわかっています。

