

# 子ども健康と環境に関する全国調査(エコチル調査)

## 論文概要の和文様式

雑誌における論文タイトル:

Effects of breastfeeding on postpartum weight change in Japanese women: the Japan Environment and Children's Study (JECS).

和文タイトル:

授乳と出産後体重変化に関する検討: エコチル調査

ユニットセンター(UC)等名: 神奈川ユニットセンター

サブユニットセンター(SUC)名:

発表雑誌名: PLOS ONE

年: 2022 DOI: 10.1371/journal.pone.0268046

筆頭著者名: 山本 賢史

所属 UC 名: 神奈川ユニットセンター

目的:

母乳育児は母児ともにメリットがあることは既に知られているが、産後の母体の体重管理における授乳の役割については未解明な部分が残っている。この研究では、エコチル調査の調査結果を基に、授乳と産後の母体体重変化との関連を検討することを目的とした。

方法:

本研究はエコチル調査の参加者のうち、単胎妊娠、正期産、母体の基礎疾患および妊娠中の合併症がない人を対象とした。出産後 6 か月時の質問票により、出産後 1 か月~6 か月の時点で母乳のみを与えており、人工乳を与えていない人を完全母乳群 (FB)、それ以外の混合栄養と完全人工乳の人を合わせて非完全母乳栄養群 (NFB) と定義した。この 2 群間での産後 6 か月までの母体の体重変化量を比較した。

結果:

64469 名 (FB 群 26340 名、NFB 群 38129 名) を解析対象とした。出産後 6 か月時点での母体体重と妊娠前体重との差 (weight retention) は FB 群 0.2kg、NFB 群 0.8kg であり、FB 群において有意に体重が回復していた。weight retention は妊娠前 BMI により異なり、妊娠前 BMI が 25 以上の人では、出産後 6 か月時点の体重は妊娠前体重を下回っていた。重回帰分析の結果、出産後 6 か月時点の weight retention に影響を及ぼす因子としては、妊娠中の体重増加量、妊娠前母体 BM、児への栄養方法 (FB または NFB) の順に影響が大きく、完全母乳は非完全母乳と比較して weight retention が小さかった。

考察 (研究の限界を含める):

本研究では、エコチル調査のデータを使用し 64469 名のデータを解析したところ、完全母乳栄養は混合栄養や人工栄養と比較し、有意に出産後の体重減少に関連があることが示された。また、妊娠前 BMI が大きい母体では、妊娠中の体重コントロールの指導と授乳による相乗効果により、体重減少は妊娠前 BMI の大きい母体でより大きかったと考えられる。一方、本研究では出産後の食事、運動に関する情報がないため、摂取エネルギー量、身体活動量と体重変化に関する評価ができていないという限界もある。

結論:

本研究の結果から、完全母乳栄養は混合栄養や人工栄養と比較し、有意に出産後の体重減少に効果があること、妊娠前 BMI の大きい母体でより体重減少効果が大きいことが示唆された。肥満の母体では母乳栄養の開始と継続が少ない傾向があるとの報告もあるが、本研究結果は肥満の母体に母乳栄養を積極的に開始し継続する動機付けとなると考えられる。