

# 小児科だより vol.81

## 飲むこと食べること パート1

2023.6.1 発行

こんにちは。梅雨の気配を感じるようになり、小児科外来では、熱中症を疑うお子さんを見かけるようになってきました。子ども、特に小さなお子さんは、自己認知が未熟であり、自分の判断でマスクを外すことが困難です。周囲の大人が適切に判断し、登下校や外遊びなどの場面では、マスクを外すなどの指導をする必要があります。

さて、今月の小児科だよりは、『飲むこと食べること パート1』です。ふだん外来で、皆さん（お母さんやお父さん）が悩んでいることや聞かれることを踏まえて、一般的な乳幼児の食事に関する疑問に関して、お話しさせていただきます。



まず、胎児超音波の研究から、赤ちゃんは妊娠34週頃から吸啜・嚥下・呼吸のセットからなる哺乳行動が出現するといわれています。ところが、生後4~6か月になると、反射性の哺乳行動が徐々になくなり、赤ちゃんが自分の気持ちで飲むようになってきます。この頃には、顔の解剖学的変化（頬粘膜下の脂肪が減ること、下顎が前下方に成長すること）の結果として、口腔内に空隙ができ陰圧をつくりにくくなります。これによって、哺乳びんから飲むことは4~6か月以降に下手になり、だんだんと飲もうとしなくなったり、飲む量が減ったりします。これに対してなんとか哺乳びんで飲む量を増やそうとするのは、摂食技能の発達過程からみると不適切です。一方で、直接授乳（母乳）の場合は口の中で乳房の形が自在に変わるので、飲むのが下手と感じることはあまりありません。

「授乳・離乳の支援ガイド実践の手引き」には、おもに小児歯科の立場からみた口腔機能（咀嚼機能）の発達の目安が紹介されています。皆さんもよくご存じであろう、離乳食の初期・中期・後期・手づかみ食べの導入時期の目安です。ところが、実際にスプーンで与えようとする『口を閉じて開けない、手で払いのける、嫌がって泣く』とか、『粒がはいるような形態にした頃から吐き出したり嫌がったりするようになった』『量もステージも進まない』という事態によく出会います。しかし、そんな子どもでも、『赤ちゃん煎餅は機嫌よく持ってかじる』ことが多いですし、『親の食べている物を欲しがったので持たせると、口に入れてかじる』こともあります。それは、『食べる』という行為には、摂食嚥下機能だけではなく、『食べるという行動』が大きく関係するからです。乳児期の食行動には、『自分で食べる』と『食べさせてもらう』という異なった行動があります。『食べること』の発達は、スプーンで食べさせる場合と自分から手づかみで食べる場合とで違うわけです。

今回は、子どもの運動発達と食べる機能の相互関係からお話ししたいと思います。