

触れ合うことで増加 幸福感や安心感持つ

愛情ホルモン、または幸福ホルモンという言葉を聞いたか、目にしたりしたことありますか。そのホルモンはオキシトシンといいます。恋人やわが子との接触、見つめ合い、声を聞くことで、脳内オキシトシンが増え、幸福感、結び付き、精神的落ち着きもたらされます。

母性、育児、家族 他者と絆形成も

本来は分娩時の子宮収縮、授乳時の射乳を促す作用を持つホルモンです。実際、分娩促進にオキシトシン点

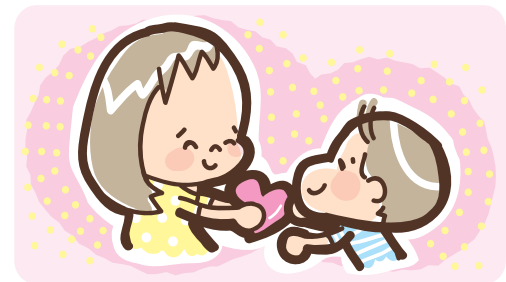
犬は飼い主の目を見つめ、飼い主の意図を察することができ。犬と人とのオキシトシンが増加する一などが分かっています。

霊長類で、母親を見つめ何かを訴えて赤ちゃん言葉を発するのは「人」だけです。ほかの霊長類はすつと抱きかかえているので、その必要がないようです。

人は赤ちゃんを横に寝かせたり、少し離れたりすることがあるので、視線、泣き声、赤ちゃん言葉により母親のオキシトシンを増加させ、コミュニケーションを図る必要があります。以上は子育ての参考になると思います。

実験動物行動学の研究により（全てが人間に当てはまるとは限らないが）①母体のオキシトシン神経を障害すると育児が下手になるか放棄してしまう②男性ホルモンはオキシトシンを減少させる③産まれてすぐの赤ちゃんが、乳首によく吸い付くことで母体のオキシトシンが増え母性が成立する④母子はお互いに匂い、なき声でオキシトシンを増加させ、自分の家族、群れであること認識する。オキシトシンの増加は群れの絆を強くするが、別の群れに対しては攻撃的になる⑤

さらに研究が進むと、育児がつらくなった時や不安になった時、オキシトシン点鼻薬を処方してもらえようになるかもしれません。が、まず、見つめ合う、話しかける、触れ合うことから始めましょう。



（NPO法人ながのこども城理事 あらかわ子ととも 医院・新川一雄）