



## 모유와 우유의 좋은점, 나쁜점

### 정 질 영

젖이라고 하는것은 하얀빛같이  
턱턱하게 생긴 액체이다. 초유라는  
것은 어린아이를 낳으면 그다음날  
부터 젖이난다. 이때 부터 그뒤 1  
주일 동안 나는 젖을 초유라고 한  
다. 특히 초유는 어린이에게 필요  
한 젖이다. 초유는 성숙유에 비해  
노란빛갈을 보이고 훨씬 진하다.  
당분이 적고 단백질이 많이 포함되  
어 있다. 현미경으로 보면 초유구  
라고 하는 특수한 세포와 백혈구가

있다. 어머니 몸에서 살고 있는 세  
포가 그대로 어린아이의 몸안으로  
들어가는것을 알 수가 있다. 따라서  
초유를 어린이에게 주는것은 무엇  
보다 필요하다.

#### 어머니젖이 좋은 점

① 어머니 젖속에는 세균이 없기  
때문에 우유같이 소독할 필요가 없  
다. 배탈도 우유보다 덜나고 적당  
한 온도로 되어 있으므로 우유같이  
데울 필요가 없다.

② 우유먹는 아이의 사망율은 어  
머니 젖먹는 아이보다 3배나 된다  
어머니 젖은 단백질 당분 지방을  
비롯하여 여러가지 염류등 어린이  
발육에 필요한 성분을 모두 포함하  
고 있다. 우유도 포함하고 있는것  
은 같지만 포함량이 다르다. 단백  
질은 우유가 모유보다 훨씬 많다.  
똑같은 단백질 이라도 모유의 단백  
질과 우유의 단백질은 서로 다르다  
모유가 함유하고 있는 단백질은 주  
로 알부민과 그로부린인데 우유의  
단백질에는 카제인이 제일 많다.  
그래서 모유는 아이에게 완전한 식  
품이라고 할수 있다. 그리고 그속  
에는 병을 예방하는 면역체 까지  
있기때문에 병에대한 저항력이 우  
유먹는 아이보다 몇갑절 더 강하다  
예를들면 설사병은 모유먹는 아이  
는 설사도 잘하지 않지만 설사를  
해도 빨리 멎는다. 우유먹는 아이

는 설사병에도 잘 걸리지만 일단 설사를 하면 잘 낫지도 않고 죽는 예가 얼마든지 있다.

③ 어머니 젖은 소화가 잘된다. 젖을 먹고 조금 있다가 토하는 아이를 보면 우유는 것송이가 순두부같이 큰데 비하여 어머니 젖은 작고 부드럽다. 그래서 규칙적으로 주어야 소화가 잘 된다.

④ 어머니 젖은 경제적이다. 우유먹이는 데도 돈이 들지만 병이나서 고치는데 몇갑절 더 드는수가 있다.

⑤ 젖속에는 우유보다 많은 철분이 들어 있지만 하루 필요량에는 충분하지가 못하다. 그러나 다행이도 신생아의 간장에는 철분이 저장되어 있어서 그것으로 철분의 필요량을 충족 시킨다.

철분이 부족해 지는 시기는 생후 3~4개월 부터 시작하며 첫돌 부터 두돌 사이에 심하기 때문에 빈혈이 온다. 그래서 이시기에 이유식을 철저히 잘 하여야 된다. 철분이 저장되는 시기는 임신말기이므로 조산아와 같이 철분이 저장되기 전에 낳으면 간장에 철분이 얼마 없어서 보통아이 보다 빨리 안색이 나빠진다. 즉 철분 결핍성 빈혈이 잘 온다

⑥ 어머니 젖은 어머니와 어린이 사이에 애정의 참된 교류가 되는 것이다. 어머니 품안에서 만족

스럽게 젖을 빠는 아이의 평화스러운 모습을 볼수가 있다. 즉 어린이의 심리발달에 절대 필요한 것이다. 이것은 어머니 에게도 애정이 높아지므로 마음의 안정 몸의 건강이 좋아지는것도 알아야 한다.

최근 유암은 과거 젖먹인 여자에게는 적고 젖안먹인 여자에게 많다는 보고도 있다. 프랑스의 유명한 사상가 루소의 참회록에도 만일 어머니젖을 안먹이는 어머니는 어머니라고 할 자격이 없다고 하였다.

⑦ 어머니 젖은 아이가 성장함에 따라 이것만 가지고는 불충분하다 돌이 가까와 오면 배가 고프지도 않으면서 젖빠는것이 재미가 있고 장난으로 빠는 경향이 많아 그후 새로운 음식물(이유식)을 주더라도 맛과 감촉이 생소해서 맛들이기 어려워 지고 따라서 영양장애를 일으키기 쉬우며 6개월이 지나도 어머니 젖만 먹게 되면 이것이 식욕부진이나 편식의 원인이 되고 의뢰심을 조장하여 독립심을 잃게 하는 즉 심리발달에도 나쁘다.

생후 3~4개월이 지나면 젖 이외의것을 주기 시작하여 5개월부터는 이유식 분유를 주면서 돌때쯤되면 어머니젖은 끊어야 한다. 생후3~6개월이 되면 어머니 젖만으로는 성장과 발육에 필요한 칼로리(열량)와 영양소가 부족하다.

특히 피를 만드는 영양소인 철분은 3개월이 지나면 어머니에서 받았던 것이 모두 없어져 꼭 보충시켜줘야 한다.

#### 어머니 젖을 먹일수 없는 경우

1. 어머니가 폐결핵인 경우나 결핵환자가 임신하면 병이 나빠지기 때문에 임신초기에 인공유산을 하므로써 어머니를 보호하는 것이 보통이지만 때로는 무리를 해서라도 아이를 낳으면 이때 어머니 젖을 먹으면 어머니 병은 점점 나빠지고 아이에게 전염이 된다. 의사와 의논해서 전염력이 있을 경우 아이를 낳자마자 아이를 따로 베어 길러야 한다. 그외의 어머니가 심장병 신장병 정신병 당뇨병 급성전염병 등도 젖을 먹이면 안된다.

2. 어머니가 매독이 있을 때에는 젖을 먹으면서 어머니와 어린애도 같이 치료를 받도록 한다.

3. 어머니가 심한 감기에 걸렸을 때는 약 4~5일간 끊었다가 다시 먹이도록 한다.

4. 달을 차지 못하고 난 미숙아는 젖을 빨수있는 능력이 없기 때문에 주면 안된다. 선천적으로 기형인 언챙이나 구개파열(입천장이 구멍난것) 등이 있을 때는 스포이드나 가는관으로 먹이든지 숟갈로 조금씩 짜서 먹인다. 이때는 의사와 의논을 해서 한다.

5. 어머니가 젖을 앓을 때는 3~4일간 젖을 빨리지 말고 끊지 않게 항생제로 된 연고나 적당한 치료를 하면서 젖을 짜낸다. 젖명을 젖물 살나는 것은 젖이 많아 애기가 다 빨지 못하고 젖이 남던가 혹은 아이가 빠는 힘이 약해서 잘 빨아주지 않아서 젖에 멍울이 생기게 된다. 이럴 때는 잘 치료를 해주지 않으면 굳이 들어가 끊어서 젖유종을 앓게 된다. 만일 멍울이 서면 만 아이가 빨던가 어른이 하던가 더운물로 찜질을 해가며 부드럽게 해서 짜버리도록 한다. 젖유종은 아이가 생후 3~4개월 되면 젖빠는 힘이 강해지고 젖꼭지를 깨물기도 하므로 젖꼭지가 상하든가 헐게 된다.

이때 상처로 굳이 들어가서 결국 유선염(유종)을 일으킨다. 이때도 어름이나 냉수로 찜질을 하고 케니실린, 마이신등을 써본다.

#### 인공영양(우유)

인공영양은 여러가지 사정으로 어머니젖으로 어린애를 기를수 없을 경우에 우유를 먹이게 된다. 시설이 좋아지므로 인공영양도 모유에 가깝게 또는 그이상으로 건전하게 발육할수있고 인공영양아의 사망율도 현저하게 감소는 되었지만 어린이의 양육에는 모유보다 좋은 것은 없다. 인공영양법의 발달로 체중은 모유를 먹는 아이보다 큰

## ● 특집

아이가 많다. 그러나 질병에 대한 저항력이 약하다.

### 인공영양이 필요한 경우

1. 생후 3~6개월 후 부터는 성장발육이 왕성하므로 모유가 부족하기 때문에 이유식과 같이 분유나 우유를 먹인다.

2. 젊은 어머니들이 직업을 갖고 사회에 진출할 경우에 필요하다.

3. 모유가 전혀 나오지 않을경우나 적게 나올때

4. 어머니에게 심한 특수 질병이 있을때

5. 선천적인 기형이 있을때  
(이유식은 대한소아과 학회에서 발행

한 아기를 위한 음식물이라는 책자를 참조 하십시오)

모유와 우유의 비교표

성분	모유	우유
수분	87%	87%
단백질	1.5%	3.5%
지방	3.5%	3.5%
합수탄소	7.0%	4.5%
광물질	0.25%	0.75%
반응	알카리성	산성
소화작용	빠르다	늦다

<필자 백병원 소아과장·의박>

### 토막 지식

## 膽石症이 있는 사람

담석증의 증세중 가장 특징적인것은 담석발작이다.

이 발작은 담석산통(膽石痛)이라 불리며 우상복부(右上腹部)에 격통을 일으킨다.

산통(痛痛)이란 위, 장방광, 담도, 신우, 노관과 같이 空洞狀 혹은 대롱모양인 장기의 평활근이 경련을 일으킴으로서 일어나는 통증이다.

담석산통의 통증은 오

른쪽 상복부에서 오른쪽 어깨까지 울리는(放散痛이라고도 한다)것과 가벼운 황달이 나타나는것이 특징이다.

발작은 지방식을 취하거나 폭음폭식을 한 뒤에 종종 일어난다. 특히 튀김이나 중국요리등은 발작을 유발하기 쉬운것들이다.