

ケロちゃん通信 第21号

2017年 3月



ながおか医療生協
あたごこどもクリニック
 〒940-0038 長岡市琴平1丁目2-1
 電話番号 0258-36-5810
<http://www.nagaoka-iryuu-seikyuu.jp/>

3月の診療予定

	月	火	水	木	金	土
あたごこどもクリニック	9:00 ~ 12:00	吉川	吉川	吉川	吉川 本間 (3・17日)	吉川
	13:45 ~ 15:30	乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種 (第1・3週) 発達外来 (第2・4週)	/	乳児健診 予防接種	乳児健診 予防接種
	15:30 ~ 17:30	吉川	吉川		吉川	吉川 本間 (3日)

受付開始：一般診療は午前8時30分、午後15時30分です。

☆一般診療

診療時間内に受診ください。予約は不要です。付き添いのお母さん等が体調不良の時もお気軽にご相談ください。緊急の場合や、特別な相談がある場合は、まずお電話ください。

☆専門外来

① **発達外来(第2・4火 13:30~15:30、予約制)** 小児神経専門医による診療を行っています。言葉が遅い、コミュニケーションがとりにくい、落ち着きがない、かんしゃくを起こしやすい等の発達障害をご心配されている方、ひきつけ、チック、夜尿症などの発達や神経に関する心配がある方は、お気軽にご相談ください。

② **アレルギー外来(第1・3金 9:00~12:00 予約可)** アレルギー専門医による診療を行っています。食物アレルギー、ぜんそく、アトピー性皮膚炎、花粉症等で心配がある方は、ご相談ください。

☆予防接種、乳児健診、発達外来受診希望の場合には、電話でご予約をお願いいたします。

☆生協こどもクリニックとも協力して診察を行っています。病児保育室「すこやか」を利用希望の方は、当院を窓口にして利用することもできます。



☆まだまだ寒い日が続いていますが、春の足音も少しずつ聞こえています。もう少しで春の草花の植え付けもできると思うと楽しみです。

☆1月末から当院でも、高感度のインフルエンザ迅速検査を導入しています。TVのCMでも流れている、あれです。通常の検査では、発症してから最短でも6時間以上たたないと、ウイルスの増殖が少なく検査で検出困難でした。高感度のキットでは最短3-4時間で検出できるようになりました。朝発熱し午前中に受診した場合や、昼発熱し午後を受診した場合は、今までは検査はおすすめしていませんでしたが、高感度のキットでは検出可能な場合も増えてきています。早期に診断し治療開始できるのと、「今検査しても出ないから明日また来てください」ということが減ったと思います。

☆そろそろ花粉症の季節です。2月11日の建国記念日くらいから予防薬の内服が有効といわれています。症状のある方はご相談下さい。また、スギ花粉症で舌下免疫療法を希望される方もお気軽にご相談下さい。

☆日本脳炎と麻疹風疹のワクチンが全国的に不足しており、現在予約できない状況でご迷惑をおかけしています。供給の目途がつき次第再開しますので、よろしくお願いたします。

☆来年度の目標の一つとして、院内で発達テスト・知能テストが行えるようにすることがあります。銀河とも連携し、利便性を上げるために、大きな病院に行かなくても、地域で発達評価もできるようにがんばっていきたいと思います。



3月の休診予定 : ありません

乳糖不耐症



☆乳糖不耐症とは

乳児期の赤ちゃんは、主に母乳やミルクに含まれる「乳糖」を小腸でグルコース（ぶどう糖）とガラクトースという物質に分解して吸収しています。グルコースはエネルギー源として、またガラクトースはエネルギー源となるだけでなく脳などの成分としても非常に大切な物質です。乳糖を分解して吸収するには小腸で産出される乳糖分解酵素という消化酵素が必要ですが、何らかの原因でこれが欠けていたり分泌が減少したりすると、乳糖が十分に分解できず、消化吸収できなくなります。その結果、高濃度になった乳糖が小腸に水分を引き寄せ、下痢を起こします。吸収されない乳糖は小腸を通過して大腸に入り、腸内細菌によって発酵するため、便は酸性になり酸っぱい臭いになります。

☆乳糖分解酵素が不足する原因は3つあります。

- ①先天性のもの：生まれつき乳糖分解酵素が欠乏し、出生後間もない時期から下痢や消化不良の症状が続きます。
- ②二次性乳糖不耐症：二次的な原因によるもので、風邪などのウイルス感染などによって下痢が起こり、そのことで腸に炎症が生じて消化酵素の力が弱くなってしまう場合です。下痢が長引いているときは、考えなくてはならない要因の一つですが、原因疾患が治ればやがて下痢も無くなる一時的なものです。飲んだり食べたりすると、そのあとすぐに下痢をするような場合が多いです。下痢をすると腸の粘膜が荒れた状態になり元に戻るには1～2週間かかります。「胃腸炎」を発症してからしばらくは通常の下痢に対する治療を行うのが普通です。それ以上下痢が続き、しかも乳製品を摂ると下痢をするといった場合に「二次性乳糖不耐症」が疑われます。

③加齢：乳糖分解酵素は乳児期にもっとも活性が高く、母乳や牛乳の消化が可能となります。しかし、多くの民族（黒人、ヒスパニック、アジア人）では、離乳後に酵素の濃度が低下します。濃度が低下するということは、これらの民族の年長児や成人は、あまり乳糖を消化できないということです。例外は北西ヨーロッパの白人で、生涯にわたって乳酸分解酵素を産出し不耐性になりません。この「不耐性」が実は世界人口の75%を超える人では正常な状態であるともいえます。

☆診断は、乳製品を摂取した後に下痢をするなどの症状に基づいて行います。治療としては、乳糖分解酵素を服用し、乳糖、特に乳製品を避けるようにします。3～4週間、乳製品を除いた食事を続けて症状が消失すれば、診断が確定します。特別な検査はほとんどありません。

☆乳糖の分解を助けるために、乳糖分解酵素剤（ミルラクト、ガラクターゼなど）が処方されます。またミルクを飲んでいるお子さんの場合ミルクを無乳糖ミルク（ラクトレス、ノンラクト）加水分解乳(MA-1)、乳糖分解乳（アカディ）に切り替えたりします。大豆乳（ボンラクト）も有効ですが、長く飲むと大豆アレルギーの心配があります。これらのミルクは医師の指示なしでドラッグストア等で購入できますし、栄養的な問題はないので、下痢が治りにくいと感じたら替えてもよいと思います。ただ、このようなミルクに替えた場合、2週間程度経過したら徐々に普通のミルクに戻していきます。これらのミルクは味が普通のミルクとはかなり異なるので、嫌がる赤ちゃんもいます。離乳食を食べている赤ちゃんであれば、おかゆやうどん中心の食事にして、ミルクや母乳の量を減らすことでも改善が期待できます。

