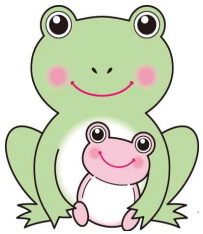
ケロちゃん通信

2018年3月　第33号



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-iryou-seikyou.jp/

☆大雪で寒い冬が続いています。あと少しで暖かい春がやってきます。もうひと頑張りですね。

☆インフルエンザもピークを越えた感はありますが、春先までまだ油断はできません。A,B同時流行という例年にない流行でしたが、熱も微熱で鼻かぜ程度の方から、40℃以上の発熱で寝込む方まで症状は様々なようです。吐いたり、消化器症状も目立ちます。アデノウイルスや溶連菌も流行っていますので、お気を付けください。

☆2月末より花粉症の季節です。鼻水、くしゃみ、目のかゆみで困っている方はご相談ください。今までのスギ花粉症の舌下免疫療法(シダトレン、シダキュア)だけでなくダニアレルギーにも舌下免疫療法薬（ミティキュア等）もあります。12歳以上の方は適応があれば使用できますのでご相談ください。

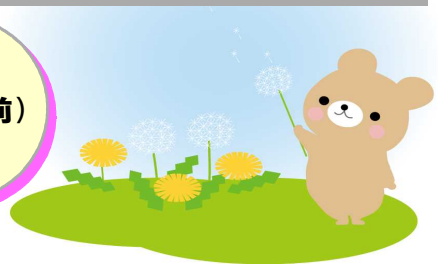
☆4月は、新入学や新入園の季節です。お子さんにとっては環境が変化する時期です。うまく適応ができなかったり、ご心配があるようでしたら発達外来でご相談ください

☆待合室での感染症予防のため、感染症でない患者さんの待合スペースを増やしました。予防接種・専門外来待合室と赤ちゃん待合室を別にし、２室をご利用いただけるようにしました。限られたスペースですが、可能な限りの感染症予防を行っていきたいと思います。

３月の診療予定

・本間医師（　２日午前・午後　１６日午前）

・臨時休診：ありません



診療案内

受付開始：一般診療は午前8時30分、午後15時30分です。

☆一般診察

直接来院の場合は、診療時間内に受診してください。
予約希望の場合は、前日0:00からスマホ、携帯、PCより予約システムでご予約ください。
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には、まずお電話ください。

☆予防接種、乳児健診：スマホ、携帯、PCより予約システムでご予約ください（２ケ月後の予約までできます）。今まで通り、窓口または電話でご予約もできます。

☆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づらい、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　予約も可）
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。

☆発達外来、アレルギー外来受診希望の場合には、電話で予約をお願いいたします。（Web予約はできません）

☆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。

食物アレルギーは皮膚から

☆10年ほど前からアレルギー発症の考え方が大きく変わってきました。以前は、食物アレルギーは腸管から吸収された抗原が原因で起きると考えられ、原因の食物を除去することで、発症の予防もできると考えられてきました。しかし、実際には食物除去では予防できないことが明らかになりました。現在は、乳児湿疹や乾燥などにより皮膚のバリア機能が破綻し、食物抗原が皮膚から体内に侵入し、食物アレルギーを発症するという考え方に大きく変わりました。すなわち、食物アレルギーは食べることで発症するのではなく、湿疹などの皮膚から食物抗原が侵入することによって発症するということです。逆に食べることで腸管は、本来異物である食べ物を体に都合よく取り込むことができ、食物アレルギーの予防に役立つという考え方です。悪いのは皮膚の湿疹などであり、腸は逆にアレルギーを予防してくれる味方であることが明らかになりました。

☆2008年に提唱された『Dual allergen exposure hypothesis（二重抗原曝露仮説）』という仮説です。『①皮膚からの抗原侵入はアレルギー発症の原因となる。一方で、②腸管から吸収された抗原は免疫寛容を起こしアレルギー発症を予防する』というものです。専門的には①は「経皮感作」、②は「経口免疫寛容」と言います。このことは、いろいろな事実で実証されています。a)乳幼児期にピーナッツを制限した国（イギリス）としなかった国（イスラエル）では、ピーナッツを制限した国の方が、将来ピーナッツアレルギーの有病率が高くなっていた。b）英国でピーナッツオイル含有保湿剤がピーナッツアレルギーを発症させた。c)日本で、“茶のしずく石鹸”という加水分解コムギというグルテンの加水分解物を含有する洗顔石鹸を使用した後、小麦を経口摂取しアレルギー症状が発症した、いわゆる“茶のしずく石鹸事件”。d)乳児期にしっかり保湿剤でスキンケアをするとアトピー性皮膚炎になりにくい。e)大人になっても、調理人などで特定の食べ物に頻回に湿疹のある手で触れたり、食品成分の入った軟膏や保湿剤を使用して食物アレルギーが発症することがある。

☆また、以前はアレルギーの家族歴のある乳児には、食物アレルギーを起こしやすい食物の摂取をなるべく遅らせた方がよいという考え方がありました。実際には逆で、アレルギーを起こさない程度の食物を摂取したほうがアレルギーを起こしにくくなります。疫学的な研究から、一般的な食事の開始時期にした方が、食事の開始時期を遅らせるよりもアレルギーになりにくいと分かっています。米国小児科学会でも、妊娠中や授乳期間中の母の食物制限は何の意味もなく、むしろ食物制限は経口免疫寛容を遅らせると警告しています。ただし、すでに食物アレルギーを発症している場合には、当然その食物の除去が必要になります。

☆以上のことにより、アレルギーは皮膚のバリア機能の破綻から発症するらしいことがわかったと思います。食物アレルギーをはじめとするアレルギーを予防するためは、①健康な皮膚を保つ、②過剰な食物制限をしない、③離乳食を必要以上に遅らせないことが大切です。

新入職員紹介

自己紹介：関口佳奈　さん（看護）１月入職

①好きなこと
家族でクイズ番組を楽しむ・・・家族全員がクイズ番組好きです。誰が一番早く答えられるか勝負しながら笑い合っている時間が好きです。

②皆様に一言、抱負
私には、14歳の息子と5歳の娘がいて、子ども達からパワーをもらい、癒されています。小児科勤務で毎日の子育て経験が活かせればと思っています。お子様が病気になると家族も不安になると思います。少しでも不安を軽減できるように丁寧な対応を心掛けていきたいです。