

2023年



かわむら小児科

モ〜モ〜くらぶ

公式 LINE



食物アレルギー

以前は、食物アレルギーがあるとアトピー性皮膚炎になると考えられていましたが、最近は変わってきています。アトピー体質（遺伝的なアレルギー体質）を持つ人は、基本的には皮膚のバリア異常があると言われており、角質層の皮脂の分泌が少ないので、表面がざらざらしており、そこから食べ物やダニなどが侵入しやすいのでアレルギーになりやすいということです。昔は食物アレルギーは食べ物を食べてなるものだと思われていましたが、今は先に皮膚から侵入することによって体の中でアレルギーの抗体（IgE）が作られるとわかりました。赤ちゃんは湿疹が顔などにできやすく、その表面は荒れていたりします。そこから食べ物が侵入してアレルギーになるということです。赤ちゃんの皮膚を保湿剤やステロイドの軟膏できれいにしておくことで食物アレルギーになるのを防げるということもわかってきました。

アレルギーの診断ですが、昔は血液で食べ物（卵や牛乳など）のIgE-RAST抗体をよく調べていました。ただ、IgEが高くても実際には症状が何も出ない人もいとわかりました。数値が高いと症状が出やすいというのはあるのですが、高くても必ずしも症状が出るわけではありません。食物負荷試験という食物そのものを与えてみて症状が出るかどうかを観察するという方法が一番確実な診断方法です。そのものを食べた時にじんましんなど明らかな症状があり、血液検査でもそのもののIgE値が高ければそれも診断根拠となります。

昔行われていたように母乳を与えているお母さんの食事を制限したり、離乳食で卵や牛乳を遅らせるということは意味がないとわかりました。制限していると逆に耐性ができなくてアレルギーがなかなか治らない、むしろ早くからなんでも食べた方がよいということが言われ始めて、昔とは逆になりました。アメリカでは生後6か月からピーナッツクリームを与えることが奨められています。日本でも卵などを早く与えた方がよいと変わってきています。

登校しぶり

新学期、進級、進学などのタイミングは、環境の変化からストレスがかかりやすく、「学校へ行きたくない」と言い出すお子さんがいるかと思えます。

学校に行かない子どもに対し、親がイライラしたり焦ったりすると、その余裕のなさが子どもに伝わって逆効果になることが多いです。

まずは以下の対応を試してみましょう。

- ①本人に登校したくない理由を聞いてみる
ポイントは「共感」を示すことです。「話してくれてありがとう」という気持ちを持って、お子さんの話を遮らずに傾聴してあげてください。
- ②いじめなどの深刻な問題がないか確認する
いじめなどによる登校しぶりは、自分を守る行動なので、無理に登校させないようにしましょう。
- ③子どものストレス耐性や考え方を観察する
ストレスを抱えやすい考え方や捉え方をしているのかもしれませんが、極端にネガティブな自動思考に囚われすぎないようにサポートしてあげましょう。
- ④トークンエコノミー法を用いる
登校出来たらカレンダーなどにシールを貼るというようなかたちで、登校を継続できるように促す方法です。

集団生活での違和感やイライラ、恐怖で登校しぶりする場合は ADHD などの可能性もあります。医療機関に相談してみましょう。

(ホットケーキ)

・・・感染症情報(4月1日現在)・・・

★新型コロナウイルス、インフルエンザウイルス、いずれもまだ少しずつ出ています。

★他の感染症はあまりありません。