2025年 4がつ

かわむら小児科

モ～モ～くらぶ

公式 LINE

食物アレルギー　昔と今

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機能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るとわかりました。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いで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（せんべい）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。

子どもの感染対策

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が確認されてから注目された「子どもの感染対策」を現在も継続して行っていますか？

★手洗い

アルコール消毒剤による手指衛生が一般的になりましたが、子どもは誤って口にするリスクがあるため流水手洗いがり推奨されています。流水手洗いは石鹸を泡立ててから15秒程度こすりあわせて水で洗い流すと効果的です。

★咳エチケット

咳やくしゃみの飛沫を飛ばすことを防ぐための手段として、突然の咳やくしゃみのときは、上着の内側や袖で口元を覆います。

★ゴミをゴミ箱に捨てる

当たり前のようですが、汚染物を適切に破棄するのも立派な感染対策です。ゴミ箱に捨てることを習慣にするには、ティッシュ→ゴミ箱→手洗い場の動線が短くなるように配置することがポイントです。

（ラビー）

・・・・感染症情報（4月1日現在）・・・・

★新型コロナウイルスは少しずつ出ています。インフルエンザは減ってきました。

★ノロウイルスの胃腸炎、RSウイルス、ヒトメタニューモウイルスも減っては来ていますがまだ少しずつあります。

ぽんちんぱん

作：柿木原　政広

食パン、あんパン、ロールパンなど、子どもたちが大好きなパンが登場します。

「ぱんぱんしょくぱんぽんちんぱん」と歌のようなリズミカルな言葉で一緒に楽しめるユニークな絵本です。

（あんこ）