



# にこにこニュース

## 大分こども病院

2022・11月号 (No.391)

〒870-0943 大分県大分市片島 83-7  
https://www.oita-kodomo.jp/

(代表) TEL097-567-0050

(救急) TEL097-567-2311

(Fax) TEL097-568-7057



## 食物経口負荷試験のすすめ

～食物アレルギーは食べてみないとわからない！～

小児科 後藤 千佳

食物アレルギーの検査には、血液検査や皮膚テストなどがありますが、検査値が陽性でも症状が出ない人もいれば、検査値が陰性なのに症状が出る人もいます。「**食べてみなければわからない！**」のが食物アレルギーです。

また最近では、**食物アレルギーの予防や治療に大切なのは「食べること」とされています。「必要最小限の除去」として、症状の出ない範囲で、早期から少量でも食べている方が、食べることができるようになる可能性が高いと考えられています。**

そこで、食物アレルギーの診断や、食べることができる量の確認のために行うのが『**食物経口負荷試験**』です。難しい言葉なので大変なことをするように感じられると思いますが、「アレルギーの原因と思われる食物を病院で食べてみる」ものです。自宅で食べるよりも、症状が出た際に対応しやすく、一度に多くの量を確認できます。

### ●方法とは？

大分こども病院では、年間約 200 件の**食物経口負荷試験**を行っています。

平日に予約制で、**基本的には 日帰り入院 となります。**

事前にアレルギー外来を受診いただき、年齢や過去に食べた時の症状、血液検査結果などを参考にして医師と相談の上、負荷試験をする食物と目標量を決め、入院の予約を行います。**1 回の負荷試験で確認できるのは 1 品目のみです。負荷試験をする食物は当日持参**いただいています。ゆで卵、牛乳、うどんなどで行うことが多いですが、ハンバーグ、ホットケーキ、クッキーなど加工品を用いることもあります。

- ① 9 時に来院いただき、外来で医師が診察を行います。  
体調不良の場合は、負荷試験を行えないことがあります。
- ② 病棟にて負荷試験を行います。多くの場合、1-5 回に分けて、30 分おきに少しずつ増やしながら目標量まで食べていきます。(例：牛乳 15ml 目標の場合、1ml→2ml→4ml→8ml など)
- ③ 途中で症状が出た場合は負荷試験を中止し、適切な治療を行います。  
症状が改善して帰宅可能な状態と判断できたら、退院とします。  
強い症状が出た場合は、担当医師の判断で宿泊となる場合もあります。
- ④ 症状が出ないで目標量を食べることができた場合は、最終摂取から約 2 時間様子をみます。  
退院は 14 時頃となることが多いです。
- ⑤ 遅れて症状が出ることもありますので、帰宅後も自宅で様子を見ていただきます。
- ⑥ 自宅で摂取を繰り返し、最終判定を行います。最終判定までに数か月かかることが多いです。

### ●注意点はああるの？

- ・アレルギー症状を誘発する可能性があるため、体調不良時には負荷試験を行いません。
- ・負荷試験の結果に影響する可能性があるため、抗アレルギー薬は数日前から中止していただきます。
- ・負荷試験当日の激しい運動や長時間の入浴は避けるようにしてください。

**食物経口負荷試験を希望される方は、気軽に当院スタッフに声をおかけください！**



# インフルエンザ予防接種のご案内

例年通り**保健センター**（院内）での接種に加え、**ドライブスルー**（外来検査センター）での接種も行います。それぞれ注意事項をご確認の上、ご予約ください。おとなの方もご利用いただけます。是非ご家族どうぞ。

## 《 ドライブスルー 》

- ◇ 金額：1回 3,000円（クレジットのみ）
- ◇ 予約方法：[当院ホームページ](#)もしくは[QRコード](#)



### == 注意事項 ==

- ほっとクーポンは利用できません。
- クレジットカード情報の登録が必要です。
- 補助制度がある場合はご利用いただけません。保健センターでの接種となります。（65歳以上、由布市など市町村で補助がある方など）
- 自家用車で来院できる方。
- **記入済みの予診票を持参してください。**ご自宅で検温し記入をお願いします。（予診票は病院受付にあります。またはホームページから印刷することもできます。）

## 《 保健センター 》

- ◇ 金額：1回 3,000円
- ◇ 予約方法：[当院ホームページ](#)または[QRコード](#)

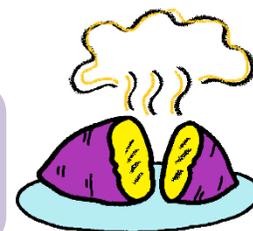


※ ほっとクーポン等利用できます

スムーズな接種のため、事前に予診票の記入をお願いしています。予診票は受付にてお配りしています。ホームページから印刷することもできます。ご不明な点がございましたらお問い合わせください。  
(電話 097-567-0050)



## もりもりおやさい通信



食欲の秋といえば、いも！くり！かぼちゃ！きのこ！どれも栄養満点で美味しい秋の食材です。

今月はそのなかから、さつまいも を特集します。

さつまいもには カリウム・ビタミンE・ビタミンC・カロチン などの栄養素が豊富に含まれていて、火を通すと柔らかく甘みも強くなるので小さなお子様にも大人気の食材です。食物繊維も豊富なので便秘の改善も期待されます。また、かぜの予防、疲労回復、肌荒れにも効果があると言われています。ふかしたものを離乳食にしたり、サイコロ状に切って蒸しパンに混ぜたり、いもご飯にしたりと、様々な料理やお菓子に利用されている方もいらっしゃると思います。今回は、弱った胃にもやさしいスープをご紹介します。冷やしても美味しく召し上がれます。さつまいもを他の野菜にかえるとレパートリーが増えますよ。

## 【 さつまいものポタージュ 】

### 材料と分量【3~4人分】

さつまいも	300g
玉ねぎ	1/2個
バター	15g
水	2カップ
牛乳（豆乳）	1カップ
コンソメ	1個
塩	少々



### 作り方

- ① さつまいもの皮をむき、薄切りにして水につけます
- ② 玉ねぎは薄切りにして、バターで炒めます
- ③ 玉ねぎに火が通ったら、さつまいもの水気をきって一緒に炒めます
- ④ 全体に油がまわったら、水とコンソメを入れ、中火で10分ほど煮込みます
- ⑤ さつまいもが柔らかくなったら、なめらかになるまでミキサーにかけます
- ⑥ 牛乳を加え塩で味をととのえ、沸騰する前に火を止めて完成です

\*大人向けには、黒コショウを挽きかけると味がしまりますよ！

