



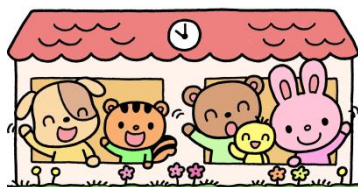
にこにこニュース

おおいた こども びょういん
大分こども病院
〒870-0943 大分県大分市片島 83-7
<https://www.oita-kodomo.jp/>

2019・4月号 (No.348)
(代表) TEL097-567-0050
(Fax) TEL097-568-7057



(救急) TEL097-567-2311



アレルギーマーチ



医師 阿部 直歩

アレルギーマーチとは

アレルギー疾患の発症には、「子ども自身の要因」と「環境要因」が複雑に関わっています。子ども自身の要因には、親や兄弟がアレルギー疾患である、などの遺伝的な要因と、子どもの成長に伴う生体側の要因があります。環境要因とは外部からの影響のことをいい、食べ物やハウスダストなどのアレルゲンとの接触(食べる、触る、吸うなど)、大気汚染、受動喫煙、ウイルス感染などがあります。成長に伴い行動範囲が広がったり、食事のメニューが増えることで、接触するアレルゲンも拡大していきます。

このようなことから、子どもの成長段階によって発症しやすいアレルギー疾患が変化することを「アレルギーマーチ」と言います。乳児期に食物アレルギーを発症し、続いてアトピー性皮膚炎、少し成長して喘息、アレルギー性鼻炎などが出てくる、というのがよくあるパターンです。

遺伝的にアレルギー疾患の発症リスクの高い人は、発症予防のために、ダニやほこりなどのアレルゲンを除去するための環境整備や、ウイルス感染を回避するための手洗い、うがいなどを心がけましょう。また、最近の研究では、皮膚からのアレルゲンの侵入が、食物アレルギーや気管支喘息のリスクの1つとなっていることが明らかになりつつあります。そのため、生まれてすぐからのスキンケア、保湿が、アトピー性皮膚炎だけでなく、アレルギー疾患発症の予防になるかもしれない、とも言われています。

アレルギー疾患の発症にはさまざまな要因があり、生活の中からすべてを取り除くことは困難です。また最初にも言ったように、アレルギー疾患の発症には子ども自身の要因も関係していることから、アレルゲンの除去は必ずしも発症予防につながるわけではありません。発症要因の除去に取り組むことは大切ですが、アレルギーの発症にできるだけ早く気づくこと、適切な治療を行うことが重要です。



年齢別にみたアレルギーの特徴

乳児期

乳児期に現れやすい主なアレルギー疾患は「食物アレルギー」と「アトピー性皮膚炎」です。体が未発達であるために検査も難しいことがあり、症状がアレルギーを原因とするものなのかどうか判断が難しい時期です。アレルギーマーチの始まりの時期であり、食物は最初に出会うアレルゲンです。特定のものを食べると蕁麻疹や発赤、唇が腫れる、下痢をするなどの症状や、顔、頭、口の周り、首の湿疹や全体的に乾燥肌、を認めるときは注意が必要です。



幼児期

消化器をはじめとする体の各器官が発達し、乳児期のアレルギー症状が軽快したり、治ることもあります。特に食物アレルギーについては、原因食物を食べても症状が出なくなることもあります。一方でダニやハウスダストなどのアレルゲンに敏感に反応するようになり、喘息を発症しやすくなります。3歳までに約80%が発症しているという報告もあります。咳がなかなか治らない、すぐに治まるが同じ症状を繰り返す、夜間から明け方にかけて症状が出やすい、季節の変わり目や、冷たい空気、たばこの煙、運動などにより症状が出やすい、などに当てはまる場合は注意しましょう。

学童期～思春期

体の各器官がさらに発達し、免疫能も整ってくることから、これまでの喘息などの症状が改善する人もいます。その一方で、活動が活発になり、ほこりや花粉などの屋外のアレルゲンと接触する機会が増えることから、アレルギー性鼻炎などを発症しやすくなります。アレルギー性鼻炎は年々増加傾向にあり、喘息を発症している人の半数以上が合併しているという報告もあります。サラサラした鼻水が続く、夜間の鼻づまり、口呼吸、などがある場合は注意しましょう。



おかしをつくってみませんか？

さつまいもとりんごの甘煮

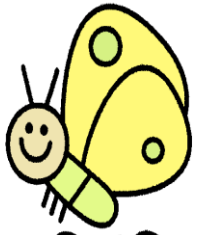
【材料】(1人分)

- ・さつまいも…40g
- ・りんご…20g
- ・レーズン…2g
- ・バター…1.5g
- ・砂糖…3g

【作り方】

- ① さつまいも、りんごを適当な大きさに切る。
- ② 鍋に全ての材料とひたひたになる程度の水を加えて火にかける。
- ③ さつまいもに火が通り、汁が煮詰まったら完成。

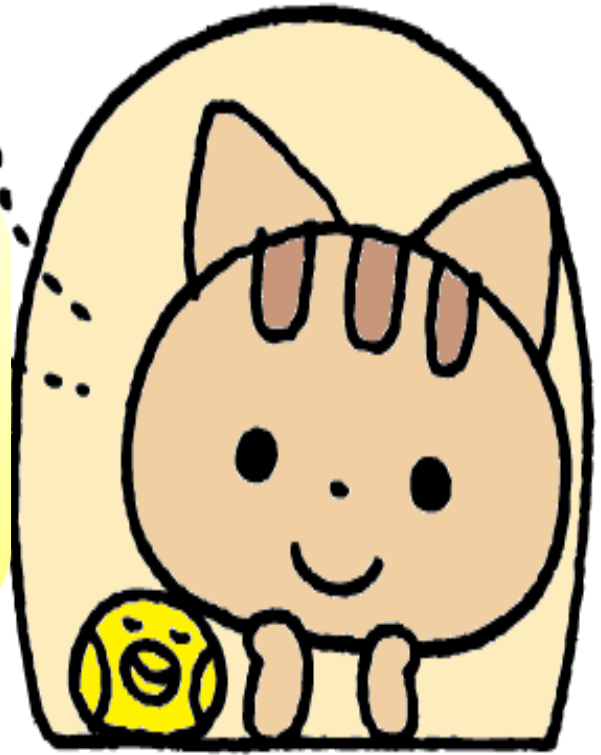
4月6日(土)の
入院患者さんの献立に
入っています！



休診のお知らせ

4/28(日)～5/6(月・祝)

休診期間中も救急の患者様には対応いたします。
受診される際はお電話を下さい。
☎097-567-2311(救急)



♪ 4月 各専門外来の予定♪

日	月	火	水	木	金	土
	1 皮膚科 小児外科 児童精神科	2 皮膚科 小児外科 アレルギー科(阿部)	3 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 腎臓外来(桑門) 児童精神科	4 皮膚科 小児外科 アレルギー科(阿部) 神経外来(岡成) 児童精神科	5 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 児童精神科	6 皮膚科 小児外科 循環器外来 泌尿器外来(秋田)
7	8 皮膚科 小児外科 児童精神科	9 皮膚科 小児外科 アレルギー科(阿部)	10 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 腎臓外来(桑門) 児童精神科	11 皮膚科 小児外科 内分泌外来(前田) 神経外来(福島) 児童精神科	12 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 小児外科 児童精神科	13 皮膚科 小児外科 泌尿器外来(森)
14	15 皮膚科 小児外科 児童精神科	16 皮膚科 小児外科 アレルギー科(阿部)	17 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) こどもの心外来 腎臓外来(桑門) 児童精神科	18 皮膚科 アレルギー科(阿部) 神経外来(岡成) 児童精神科	19 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 児童精神科	20 皮膚科
21	22 皮膚科 小児外科 児童精神科	23 皮膚科 小児外科 アレルギー科(阿部)	24 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 腎臓外来(桑門) 児童精神科	25 皮膚科 小児外科 アレルギー科(阿部) 内分泌外来(井原) 神経外来(福島) 児童精神科	26 皮膚科 小児外科 アレルギー科(後藤) 児童精神科	27 皮膚科 小児外科 泌尿器外来(森)
28	29	30				

※各専門外来は完全予約制です。
ご希望の方は受付にお問い合わせください。

青…午前のみ 桃…午後のみ 黒…終日