



特集

食物アレルギーQ&A

小児科副部長 / 岩本 公美子



シリーズ

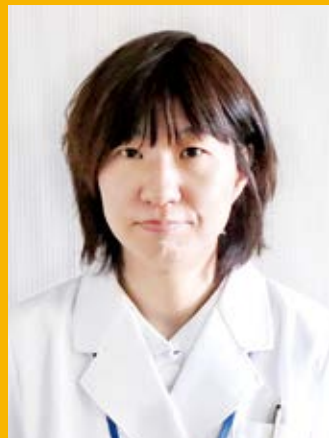
- 認定看護師のご紹介
『新生児集中ケア認定看護師』

トピックス

- 新任医師のご紹介
- マンモグラフィ装置が新しくなりました

小児科副部長／岩本 公美子

日本を含む先進国では、食物アレルギーの子どもが増えています。この10年間で研究がすすみ、子どものアレルギーについての考え方や治療法がずいぶんかわりました。そこで、お子さんの食物アレルギーを予防したいと考えている方や、お子さんの食物アレルギーに関してお悩みの方から多くいただく質問をまとめてみました。



Q1. 食物アレルギーって？

A1. 食べたものによって体にさまざまな症状がおこるアレルギー反応です。

アレルギーとは、あるものに対して過剰に反応する状態で、免疫反応が関係するものをいいます。免疫とは、わたしたちの体を守るための防御システムです。食べたものによってアレルギー反応が起こり、皮膚・呼吸器・消化器あるいは全身にさまざまな症状を引き起こしてしまうのが食物アレルギーです。

Q2. どんな食べ物でアレルギーになるの？

A2. 鶏卵、牛乳、小麦が3大アレルギー原因食物。

食物アレルギーの原因となる食べ物は鶏卵、牛乳、小麦が主なものです。しかし、年齢によって異なり、小学生以降になると甲殻類、果物類、魚類、ナッツ類などが新たな原因となります。(図1)

Q3. どんな症状がでるの？

A3. 軽い症状から重い症状までさまざまです。

口まわりの湿疹のような軽い症状から全身にアレルギー症状が及ぶアナフィラキシーという命にかかわる重い症状までさまざまです。アナフィラキシーは気管支喘息をもっている食物アレルギーの子どもに多いといわれており、気管支喘息のお子さんは特に注意が必要です。(図2)

図1 年齢別 新規発症の原因食物

n=1,706

年齢群	0歳	1歳	2、3歳	4～6歳	7～19歳	20歳以上
症例数	884人	317人	173人	109人	123人	100人
第1位	鶏卵 57.6%	鶏卵 39.1%	魚卵 20.2%	果物 16.5%	甲殻類 17.1%	小麦 38.0%
第2位	牛乳 24.3%	魚卵 12.9%	鶏卵 13.9%	鶏卵 15.6%	果物 13.0%	魚類 13.0%
第3位	小麦 12.7%	牛乳 10.1%	ピーナッツ 11.6%	ピーナッツ 11.0%	鶏卵 小麦 9.8%	甲殻類 10.0%
第4位		ピーナッツ 7.9%	ナッツ類 11.0%	そば 魚卵 9.2%		果物 7.0%
第5位		果物 6.0%	果物 8.7%			そば 8.9%

各年齢群毎に5%以上を占めるものを上位5位表記

今井孝成、杉崎千鶴子、海老澤元宏：消費者庁「食物アレルギーに関連する食品表示に関する調査研究事業」平成23年 即時型食物アレルギー全国モニタリング調査結果報告：アレルギー65(7)：942-946、2016より改変

図2 食物アレルギーの症状

皮膚の症状(全身)

- ・かゆみ・赤み・むくみ
- ・じん麻疹・湿疹



呼吸器系の症状

- ・くしゃみ・鼻水
- ・鼻づまり・呼吸困難
- ・呼吸音がゼーゼー、ヒューヒューする
- ・咳き込み



消化器系の症状

- ・腹痛・吐き気・嘔吐
- ・下痢・血便



粘膜の症状

- ・口の中がイガイガする
- ・くちびるや口の中、喉が腫れる
- ・眼の充血やかゆみ
- ・オットセイの鳴き声のようなせき
- ・声がれ
- ・声が出なくなる
- ・窒息



Q4. どうやって診断されるの？

A4. 検査や食物摂取による反応などから総合的に診断します。

血液のアレルギー検査、皮膚テスト、実際に食べたときの反応などから総合的に診断をします。食物アレルギーの難しいところは、アレルギーの数値が高いからといって症状が出るとは限らないところです。アレルギーの数値が低くてもアナフィラキシーをおこす子どもがいる一方で、アレルギーの数値が高くても食べられる子どももいます。

実際に食べて確認するのが一番確実です。しかし、これも注意が必要です。食物アレルギーの子どもはアトピー性皮膚炎を持っていることが多いのですが、治療により肌をつるつるにしておかないと、いろいろな食べ物で反応したように見えてしまうことがあります。

Q5. 食物負荷試験を受けたいのですが？

A5. 当院では日帰り入院で検査が可能です。

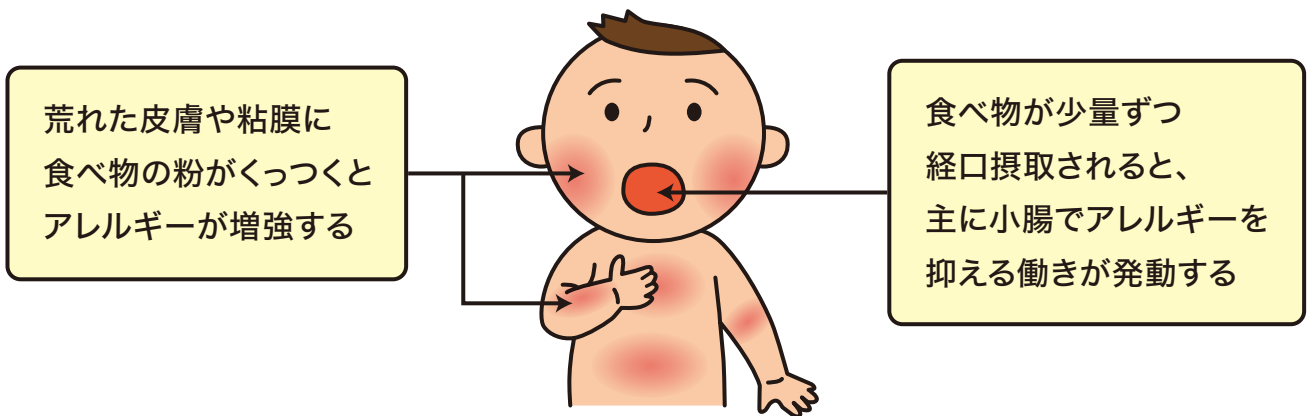
確実な診断法は食物負荷試験です。当院では日帰り入院で行っていますので、ご希望の方はご相談ください。病院でアレルギーが疑われる食品を食べてどのような症状が出るかを確認します。かつてはアレルギーが疑われる食品は食べさせないことが中心でしたが、今ではできるだけ食べさせることに重点が置かれます。本来食べられる食物を「念のため、心配だから」と除去することは子どもの栄養的に不利益になるばかりでなく、本人やご家族に社会面、心理面、経済面でも大きな不自由を強いることになるからです。

Q6. アレルギーの数値が高いのに食べることができるのはなぜ？

A6. アレルギーを抑える免疫がうまく働く場合があるからです。

私たちの体には、アレルギーを抑える免疫があることがわかってきました。症状がでない量でほんの少しずつ食べ続けて量を増やしていくと、主に小腸でアレルギーを抑える働きが発動します。これを利用した治療を経口免疫療法と呼びます。この免疫がうまく働くとアレルギーの数値がかなり高くても食べられます。この免疫が働いているかどうかを血液検査などで把握することは現時点では難しいので、実際に負荷試験などで食べてみて症状が出なければ、アレルギーを抑える免疫を持っていると判断します。(図3)

図3 皮膚からの感作、胃腸での減感作



Q7. 食物アレルギーと診断されました。いつまでどのくらい除去が必要ですか？

A7. 年齢や症状などにより、患者さんごとに異なります。

患者さんの年齢、体質、原因食品の種類、症状などにより千差万別で一概にはいえません。赤ちゃん

の時期に発症した食物アレルギーは自然に治っていくことが多いです。赤ちゃんは消化吸収が発達しておらず、アレルギーを抑える働きも不十分ですが、成長と共に消化吸収能力が発達し、アレルギーを防ぐ免疫ができてくるとアレルギー症状が出なくなっていくとします。乳幼児期に発症した食物アレルギーの子どもの約90%は小学校に入学するまでに食べられるようになるというデータもあります。

Q8. 卵アレルギー発症を予防できるの？

A8. 生後6ヶ月から少量ずつ医師の管理のもと食べていくことを推奨。

「血液検査でアレルギーの数値が高い」という理由でいつまでも食べないでいると、本当に食物アレルギーになっていき、食べたほうが食物アレルギーにならないということがわかってきました。日本小児アレルギー学会の「鶏卵アレルギー発症予防に関する提言」(2017年)ではアトピー性皮膚炎の赤ちゃんは皮膚をつるつるにして生後6ヶ月になったら米粒大のかたゆで卵白を5~10粒(加熱全卵0.2g)から開始することが推奨されています。ただし、すでに卵アレルギーを発症している赤ちゃんに安易に卵を食べさせるのはきわめて危険ですので、必ず医師の指示に従ってくださいね。

Q9. 食物アレルギーの対策ってどのようにするの？

A9. 私たちが、おすすめすることは以下の3つです。

① まずは正確な診断を受ける

もしかして食物アレルギー?と思ったら、まず医師に相談してください。

② 赤ちゃんの皮膚がかゆそうな場合には治療で肌をつるつるにしておく

かゆい皮膚から食物が入るとアレルギーの数値が高くなります。治療により肌をつるつるにして、皮膚バリアを守ることが大切です。

③ 少量ずつ経口免疫療法を行う

少しずつ食べ続けて慣らしていくとアレルギーが出にくくなってきます。ただし、自己判断は危険ですので、必ず医師の指示に従ってください。

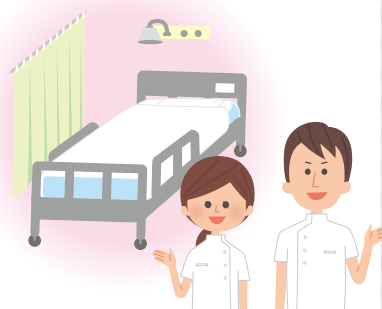
最後に

わたしたち小児科スタッフはすべての子どもたちのすこやかな成長を願っています。わたしたちは子育てのお手伝いをしたいと思っています。お子さまのことで何か気がかりなことがありましたら、どんなことでも構いません、小児科医師・看護師にお気軽にご相談ください。

小児科短期入所サービス(ショートステイ)について

寝たきりで経管栄養の重症心身障害児(15歳未満)を対象に、小児科病棟で短期入所サービスを行っています。ご家族の休養(レスパイト)、ご兄弟の学校行事などの場合に、短期間ですが当院でお預かりし、日常生活の支援を提供いたします。ご利用にあたっては、事前登録が必要です。まずはお電話で相談下さい。

お問合せ:医療福祉事業室(1階)



認定看護師のご紹介

認定看護師とは、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践ができる看護師のことです。看護現場において最適な看護の実践と、指導および相談の3つの役割を果たすことにより、看護ケアの広がりや質の向上を図ります。

当院では、現在7分野(感染管理、新生児集中ケア、皮膚・排泄ケア、乳がん看護、慢性心不全看護、認知症看護、救急看護)9名の認定看護師が在籍しています。

広報誌『なでしこ』では、当院で活躍する認定看護師を順次ご紹介していきます。

新生児集中治療室(NICU)では24時間集中的に急性期の赤ちゃんの治療を行っています。そんな中、より専門的な知識と技術を学びたくて資格を取得しました。

胎児期から新生児期では身体的のみならず、神経系を中心とした機能においても急速な発育・発達をする時期です。人間の一生の土台はこの時期に作られるといっても過言ではありません。

近年では、命を助け、後遺症のない成長・発達を支援するだけでなく、赤ちゃんの心を育むことも大切であると言われていています。過剰な痛みや大きなストレスから守り、穏やかな環境を提供することが、私たち看護師の役割になっています。そのため、認定看護師として、急性期にある赤ちゃんにご家族に、専門的知識や根拠に基づいた看護ケアの実践やNICUに勤務している看護師への教育・ケアの指導などを行っています。そして赤ちゃんの視点から物事を考え、赤ちゃんにとってよりよいやさしいケアの実践と、赤ちゃんの家族の始まりを支えるケアを医療チームで取り組んでいます。また、より良い看護ケアを実践するために研究も行っています。

しかしながら、赤ちゃんにとって、やさしいケアの実践だけでは心を育てることができません。そこにはご家族の愛情がとても大切になってきます。赤ちゃんが入院されてから、さまざまなケアを行うと同時に、カンガルーケア(直接肌を合わせて抱っこをする)や母乳育児など、ご家族の思いを汲み取った親子関係の形成を支援しています。育児ケアについてご家族と共に悩みながら、どんな小さなことでも一緒に考え、より良いケアを提供していきたいと思っています。

今後も、人生のスタートを笑顔で始めることができるように、そして笑顔で退院できるように、新生児集中ケア認定看護師として関わっていきたくと思います。一緒にがんばりましょう。

新生児集中ケア認定看護師 中川 真由美



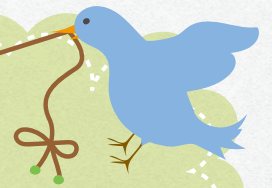


マンモグラフィ装置が 新しくなりました。



新しい装置は、従来の画像で乳腺内に隠れて見えなかった病変が、X線管球の角度を変えながら、撮影する事が出来る様になり、撮影した細かい画像で診断できるようになりました。

赤ちゃんにやさしい病院で出産しませんか？



出産において最も大切なのは母子の安全です。当院は、妊娠中にバースプランを書いて頂き、助産師と面談を行っています。バースプランは、生まれてくる赤ちゃんのことを考えて、お母さんのお産を乗り越えていく力、家族が増えることに対する考えをお伺いし整理します。

お母さんの産む力、赤ちゃんの生まれてくる力を最大限に発揮し、あなたらしいお産を当院で経験してみませんか。待ちに待った赤ちゃんとの生活、安心して退院できるようにしっかりサポートさせていただきます。退院後も赤ちゃんとの生活の不安が解消されるまで母乳外来でお手伝いさせていただきます。災害時も当院で可能な支援をさせていただきますので、お困りのことがありましたらお尋ねください。

お問合せ：母子センター(6階)

健康講座のご案内

申込不要
参加費無料

9月の健康講座

日時 9月7日(金) 14:00~

場所 2階講義室

テーマ **こどもによくある尿の病気**
講師：小児科医長/中西 啓太

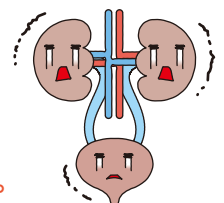


11月の健康講座

日時 11月19日(月) 14:00~

場所 2階講義室

テーマ **慢性腎臓病**
講師：腎臓内科医師/池田 友紀



※ 講座はいずれも1時間程度です。 ※ 質疑応答の時間もあります。
※ 都合により変更になる場合がありますので、詳細は、院内掲示、ホームページ等をご覧ください。



新任医師のご紹介

はじめまして!



小児科医長 **鴨井 良明**



約6年ぶりに神戸市内の病院に勤務させていただく事になりました。
より一層責任を受けとめ、地域の皆様と向かい合い、職務に努めたく思います。
何卒宜しくお願いします。

相談窓口の ご案内

当院では、患者相談窓口を
設置していますので、
お気軽にご利用下さい。

お問合せ：医療福祉事業室

- 介護保険や福祉制度について知りたい。
- 退院後の生活が不安
- 無料低額診療事業について知りたい。
- 医療費の支払いなど、経済的に困っている。
- 療養型病院・介護保険施設について知りたい。
- 退院後、自宅で特別な支援(介護・育児)が必要だが、
どうしたらいいかわからない。

無料低額診療事業とは…

◎医療費の支払いが心配 ◎年金だけで収入が少ない ◎お金がないので受診できない
など、経済的な理由により必要な医療(受診)を受けることができない方々に対し、
無料または低額で診療を行う事業です。



信頼・安心の医療の提供

- * 患者の立場に立った医療、患者の満足する医療を追求する。
- * 地域中核病院として分担すべき役割や機能を明確にし、連携を通して地域医療に貢献する。
- * チーム医療を推進し、医療の質を向上する。
- * 予防からリハ、社会復帰までの全人的な包括医療を推進する。
- * 職員各自互いを尊重し、切磋琢磨して、「誇りの持てる職場づくり」に努める。
- * 医療を通じて社会に貢献する。



基本方針

社会福祉法人
恩賜財団 **済生会兵庫県病院**

〒651-1302 兵庫県神戸市北区藤原台中町5丁目1番1号
TEL. **078-987-2222** (代表)
URL. <http://saiseikai.info>

診療受付時間 8:30~11:30 月曜日~金曜日

休診日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

★病院⇄岡場駅間の無料送迎バスを運行しております。(休診日を除く)

発行所/済生会兵庫県病院
編集長/尾古 俊哉
編集/広報委員会