



通信

みんなをつなぐ情報誌

2018年3月1日 No. 269

編集・発行/いむた小児科

〒830-0037 久留米市諏訪野町 2284

☎ 0942-30-7611 fax 0942-30-7612

CONTENTS

- ☆食物アレルギーと集団生活
- ☆乳幼児はナッツ類に注意
- ☆野外で遊ぼう(筑後の桜名所めぐり)
- ☆今月の診療予定/予防接種
- ホームページ:<http://www.imuta.com>
- メール:office@imuta.com

現在では小学生の約3パーセントが食物アレルギーを持っていると言われます。以前に食物アレルギーと分かっていたのに、給食の手違いでチーズ入りチジミを食べた女児が死亡する事例がありました。食物アレルギーは0歳〜2歳頃の乳幼児に最も多く、3歳頃からは症状が改善していくのが一般的なようです。でも、中には激しい症状が伴う人もいて、園や学校などでもわぬトラブルになることも。集団生活では個人的な特定アレルギーだけを除くことは困難な場合があります。トラブルになりそうなアレルギー食物をお持ちのお子さんは、アレルギーを特定しておくことが大切です。アレルギーになる食物は個々に違いますので、集団の場ではどの程度対応可能か事前に打ち合わせて見極めておきましょう。

食物アレルギーと集団生活

原因食物の特定
日本人の三大アレルギーは、卵、牛乳、小麦。その他、エビ、カニ、大豆、そば、花粉、ハウスダスト、ダニ、カビ、ペットの毛などが複合して原因になることもありま。食事の度に繰り返し症状が出る場合は、献立の内容をチェックしてください。



現在では小学生の約3パーセントが食物アレルギーを持っていると言われます。以前に食物アレルギーと分かっていたのに、給食の手違いでチーズ入りチジミを食べた女児が死亡する事例がありました。食物アレルギーは0歳〜2歳頃の乳幼児に最も多く、3歳頃からは症状が改善していくのが一般的なようです。でも、中には激しい症状が伴う人もいて、園や学校などでもわぬトラブルになることも。集団生活では個人的な特定アレルギーだけを除くことは困難な場合があります。トラブルになりそうなアレルギー食物をお持ちのお子さんは、アレルギーを特定しておくことが大切です。アレルギーになる食物は個々に違いますので、集団の場ではどの程度対応可能か事前に打ち合わせて見極めておきましょう。

食物アレルギーはストロファイルスなどの皮膚症状、アトピー性皮膚炎、下痢や嘔吐などの胃腸症状、喘息などの呼吸器症状が一般的です。まれに、血圧の低下を伴うショック症状(アナフィラキシーショック)を起こして、命に関わる事態に発展することもあるので注意が必要です。



特定された食物は避けるのが基本ですが、発育盛りの子どもには栄養の偏りも心配です。代わりの食物で栄養バランスを保つように配慮しましょう。乳児期に重症の人にはミルクアレルギー治療乳(特定栄養食品)もあります。

保育園・学校へは
アレルギーの内容を連絡
文部科学省は「食に関する指導の手引き」を全国の小中学校に配布して食物アレルギーに対処しています。園や学校にはアレルギーの内容を連絡して対処してください。

(3月のカレンダー)

日	月	火	水	木	金	土
				1 ★	2 BCG	3
4 休	5	6 ★	7 ★	8 ★	9 BCG	10 健
11 休	12	13 ★	14 ★	15 ★	16 BCG	17
18 休	19	20 ★	21 休	22 ★	23 BCG	24 健
25 当	26	27 ★	28 ★	29	30	31

★印(予防接種・乳幼児健診)

今日の当番医

- 4日/河野小児科(国分)
- 11日/さかた小児科クリニック(御井)
- 18日/きむらこどもクリニック(野中)
- 21日/善導寺こどもクリニック(善導寺)
- 25日/いむた小児科(諏訪野)
- (夜間休日:聖マリア病院)
- #8000 (小児救急医療電話相談)



今月のお知らせ

- ◆25日(日曜)は当番医のため、平常通りの時間帯で診療いたします。
- ◆乳幼児健診は不定期ですが土曜日にも実施しています。今月は10日と24日の(土曜)に予定していますので、ご希望の方はお問い合わせください。

予防接種・健診

来月から新年度が始まります。入園・入学・進級と新しい環境でのスタートです。集団生活に入る前の感染症対策はお済みですか。特に年長さんのMR(麻疹・風疹)は受け忘れやすいワクチンです。しっかりとチェックして新学期に備えましょう。



うがいと手洗い

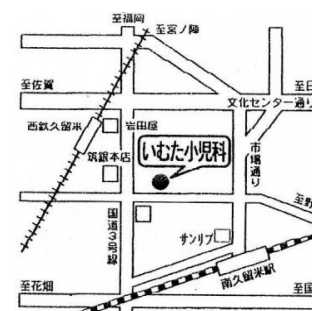
病気(感染症)を引起す主な原因は細菌やウイルスですが、これらの大半は口や鼻から進入します。そのため、手や喉に付着した細菌やウイルスを「うがいや手洗い」で洗い流すのは最も簡単で有効な予防法なのです。外から帰ったときや食事の前、喉に違和感があるときは手洗いとうがいを行ないましょう。うがいはコップ一杯を三回に分けて口に含みます。一回目は口をすすぐ。二回目と三回目は上を向いて、喉の奥までうがい液が届くように「あ〜」と声を出して洗います。喉の粘膜を傷めないように一日三〜四回程度がおすすめです。



INFORMATION

いむた小児科

院長 伊牟田富佐恵
(小児科専門医認定医)
診療時間:月曜~土曜
8:30~12:30、14:00~18:00
※但し、予防接種のある日は午後3時頃からの診療です。
休診日:日曜・祝祭日



- ☆予防接種(予約制)
毎週、火・水・木・金
(14:00~15:00に実施)
- ☆乳幼児健診(予約制)
毎週、火・水・木
(午前と午後実施)
予約の受付
診療時間内にお電話ください