

私たちは、24時間、質の高い医療を提供し、皆様に、安心・信頼・満足していただける病院をめざします。

北九州市立八幡病院広報誌

第64号

やはた病院ニュース

2022年5月20日発行

発行・編集：八幡病院広報委員会

ご自宅での
暮らしを
応援します！

本人のちから、家族のちから
医療・介護サービスのちからを合わせ
みんなで支えていくことが大切

自宅での療養生活(在宅療養)に心配や不安はありませんか?

医療処置や介護が必要になっても、

ご本人・ご家族の負担が大きくならないよう病院と地域が連携をとり
住み慣れた自宅で安心して過ごせるようお手伝いをさせていただきます。

通院されている診療科の看護師やスタッフ、

患者支援センター(医療連携室)スタッフへお声がけください。

必要に応じて在宅医療や介護サービスの提案をさせていただきます。



例えば・・・



- *介護が必要になってきたけれど何をどうしたらよいのかわからない・・・
- *もしかして認知症?これからどうしたらよいのか・・・
- *床ずれの処置が必要と言われた・・・家でみていけるの?
- *通院が難しくなってきた。自宅に来てくれる医師を知りたい・・・
- *ひとり暮らし(または高齢世帯)なので色々心配・・・
- *訪問看護やヘルパーを利用したいけど費用はどのくらいかかるの?
- *最期のときについて相談したい

日常の療養生活

医療・介護サービスを受けながら
自宅での生活を続けられるように
情報提供させていただきます



- 介護保険の申請について
- 訪問診療、往診について
- 介護サービスについて
- 福祉用具について
- 訪問看護について
- 住宅改修について
- 在宅訪問薬剤師について

病状が悪くなった時の備え

緊急時に備えられるよう、
情報提供や対応方法について
一緒に考えさせていただきます。



- 緊急時の対応について
- 緊急入院した時の対応について
- 在宅での緩和ケアについて
- もしもの時のために話し合う
(人生会議)=アドバンス・ケア・プランニング



アレルギーについて ~食物アレルギーのトピックス~



北九州市立八幡病院 小児総合医療センター 沖 剛



前号に続き投稿の機会を頂きました。食物アレルギーのトピックス(話題)をお話しします。

世界において10年以上前では「子供が食物をアレルギーとして過敏に反応してしまう(=感作といいます)原因は、皮膚に付いたり食べたりすることである」という考えが主流でした。この考え方をもとに、アレルギーとなりやすい食材は離乳食の頃から積極的に除去をする、結果として沢山の食材を除去する、さらには母乳を与える母親まで同じ食材の制限をする、という医療が日本でもよく行われていました。

しかし、このようなやり方では食物アレルギーの患者を減らしたり、大きくなつて克服出来る患者を増やしたりは中々できませんでした。むしろ弊害として、栄養失調になつたり食物アレルギーに対して過剰な不安と恐怖を感じたりする子供・保護者が一定数おられました。

現在では、食物アレルギーの予防のために離乳食の頃から積極的な食物除去は行いません。「食物アレルギーの原因として多い食物の摂取を遅らせることなく離乳食の頃から積極的に開始をする」ことが現在の標準治療です。標準治療とは裏付けがあり現時点で最良かつ推奨される治療のことです。アレルギー診療は大きく変化を遂げました。

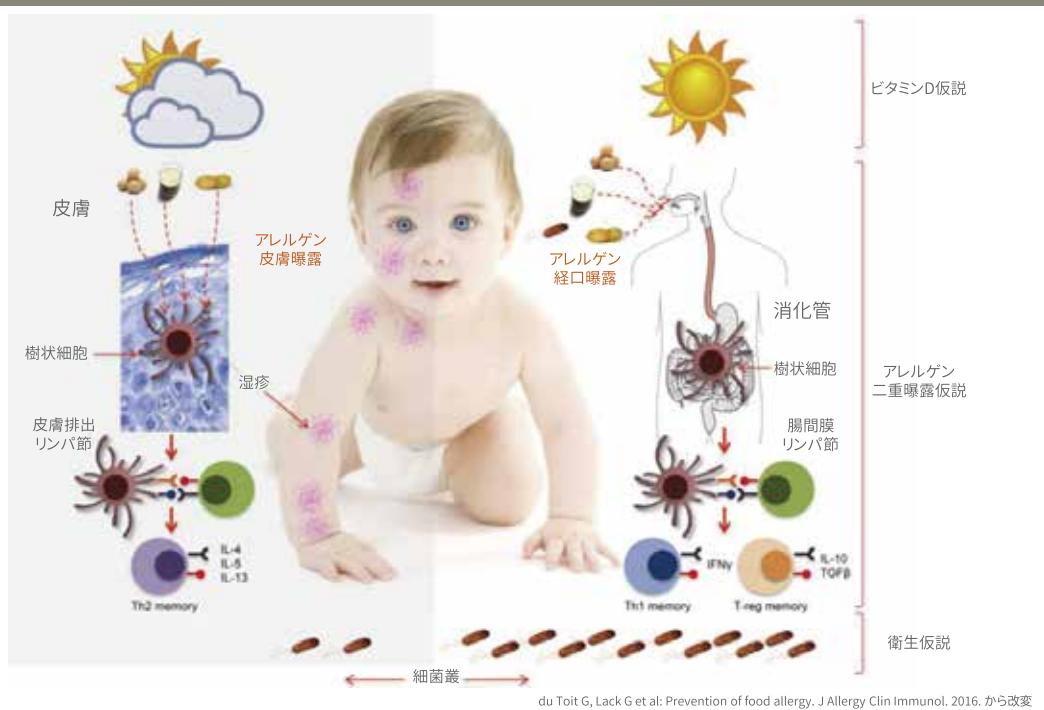
アレルギー診療の変化のきっかけとなったのは2008年に発表されたある研究です。同じユダヤ系人種で、ピーナッツアレルギーの発症する子供の割合を国別で比較したものです。欧米では離乳食期からピーナッツを積極的に除去しており、1/4から1/2の割合でピーナッツアレルギーを発症していました。一方でイスラエル・フィリピンといった国ではピーナッツアレルギーを発症する子供は0-2%でした。その地域では、離乳食期からピーナッツのお菓子(パンバというものです)を食べる習慣があります。「早期からのピーナッツ除去より、離乳食の頃から積極的に食べていていたほうがアレルギーになりにくいくらい」という考えがこの研究から生まれました。

そこで、“アレルゲン二重曝露仮説”が提唱されました(図1参照)。湿疹があると皮膚のバリアが低下し、環境中の食物へ免疫が過敏に反応してアレルギーを誘発します(=経皮感作)。一方、安全な量での食物摂取は胃腸の免疫に働きかけアレルギーを抑えます(=耐性獲得・免疫寛容)。これら2つの免疫の働きのバランスが大事、というものです。現在世界中の食物アレルギー研究のほとんどは、この仮説を元に食物アレルギーの予防・克服を目指して行われています。



今日までの研究結果をもとに、日本の食物アレルギー診療ガイドライン2021では、リスク因子・予防法が提唱されています(図2参照)。アトピー性皮膚炎は積極的に早期治療を行い、食物アレルギーの原因として多い食物の摂取を遅らせることなく離乳食の頃から積極的に開始をすることが大事とされています。当院小児アレルギー外来でもこのような最新の標準治療を提供できるよう日々取り組んでいます。

図1 アレルゲン二重曝露仮説



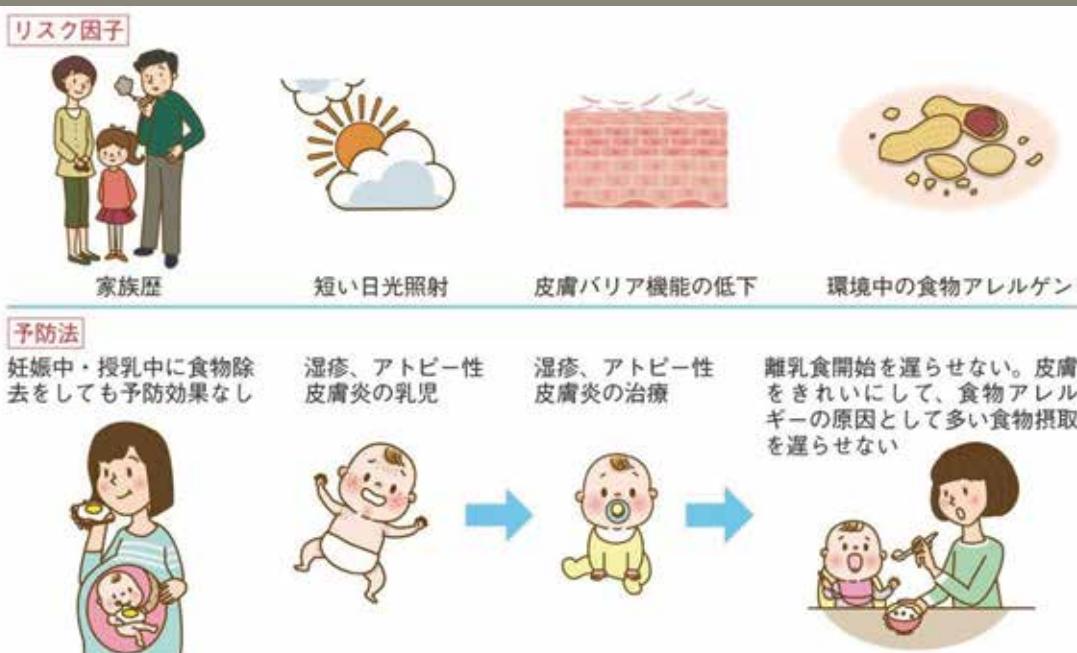
経皮感作

湿疹の早期介入・治療

耐性獲得

安全域での積極的な早期摂取

図2 食物アレルギーのリスクと予防法



食物アレルギーガイドライン 2021 から抜粋

外来予約

月	火	水	木	金
小野(毎週)			小野(毎週)	小野(毎週)
沖(1,2,4,5)		沖(1,3,5)		沖(2,4)
中野(2,4)				中野(1,3,5)

お茶についてのエトセトラ

お茶摘みの歌にもある「八十八夜」は、春分の日から88日目の雑節(今年は5月2日)を言い、お茶の産地では新茶摘みの最盛期です。この時期のお茶は、うまみ成分のテアニンや茶葉自体の栄養も多く、1年で一番甘みが強くさわやかなお茶になります。

「八十八夜」は末広がりの「八」が二つあることから、縁起が良いとされてきました。八十八夜に摘み採られるお茶は不老長寿の縁起物として重宝され、その新茶を飲むと一年を災いなく過ごせるといいます。

新茶の入れ方

- ◎普段のお湯より少しづるめの湯(70~80度)を用意
- ◎茶葉はティースプーン中盛り2杯で湯呑2杯分が目安
- ◎使用する急須や湯呑は温めてから使う
- ◎新茶は葉が早くひらく為、
湯を入れて約40秒待って(普通は1分)湯のみにそそぐ

同じ茶葉でも湯の温度で味が変わります。

お湯が熱い(90度以上)と渋み成分かつ殺菌作用のあるカテキンが多く溶けます。甘みのあるお茶はぬるめの湯でいれます。必要な適温のお湯は、お茶碗にお湯を入れ、お茶碗が温まると入れたお湯の温度は約10度下がるのでそれを利用すると簡単に用意出来ます。



お茶で一杯、まったりしてみませんか？

編集後記

2年以上、新型コロナウイルス感染症に振り回される日々が続いています。海外との往来の制限、マスク常時着用、打ち合わせはオンライン、会食は無し、といったコロナ禍での新しい生活様式にもすっかりなじみつつあります。今後も感染対策に努めましょう。

経営企画課 青木 誠