



# Manna & Baby どもクリニック通信

..... 愛され続けるクリニックに .....

第147号  
令和4年1月

明けましておめでとうございます。みなさん年末年始はゆっくりできましたか？  
今年もスタッフ一同、笑顔で何事にも前向きに頑張っていきたいと思ひます。  
今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



## ◆◆時計仕掛けのアレルギー → 体内時計によるアレルギー制御◆◆

花粉症・喘息・食物アレルギー・アトピー性皮膚炎・蕁麻疹などのアレルギー疾患の症状は、ある特定の時間帯（休息期）に起こりやすいというユニークな特徴があります。しかしながらそのメカニズムは不明でした。最近マスト細胞活性化反応に、昼夜の日内変動を生み出していることがマウスの実験系で明らかにされました。

体内にある標的遺伝子は、体内時計リズムを乱すと、アレルギー反応が出やすくなるということが実験で分かりました。

したがって、体内時計リズムを乱すような生活習慣の是正（睡眠障害、不規則な食事習慣、精神的ストレス、運動不足など）や、適切な時間帯での投薬指導などの体内時計リズムを意識した治療はアレルギー疾患の個別化医療の実現になります。



## ◆◆喘息患者の気道感染◆◆

喘息患者では、健常人に比較して気道の感染免疫が低下しています。気管支喘息の増悪因子のうち、呼吸器感染症によるものとしては、ウイルス・細菌・マイコプラズマ・クラミジアなどがあるが、これらのうち最も重要なのはウイルス感染とされてきました。

しかし、小児喘息の急性増悪時は咽頭より肺炎球菌（30%）モラクセラ・カタラーリス（12%）インフルエンザ桿菌（11%）といった細菌が検出されました。

## ◆◆1月7日は...◆◆

みなさん七草粥って食べられていますか？1月7日に七草粥を食べると1年間を無病息災で過ごせるとされています。お正月の暴飲暴食で疲れた胃腸を労り、冬に不足しがちなビタミンも補えます。スーパーでも七草セットとして売られていますね。

- ◎せり：水辺の山菜で香りが良く、食欲増進に
- ◎なずな：別称ぺんぺん草。
- ◎ごぎょう：別称母子草。草餅の元祖、風邪予防に
- ◎はこべら：目に良いビタミンAが豊富で、腹痛の薬にもなった
- ◎ほとけのざ：別称タビラコ。タンポポに似ていて食物繊維が豊富
- ◎すすな：カブのこと。ビタミン豊富
- ◎すずしろ：大根のこと。消化を助け風邪予防にも



Manna & Baby どもクリニック  
〒814-0123 福岡市城南区长尾4-6-17 TEL：092-866-8800  
<http://mannaandbaby.or.jp/>



小児科・アレルギー科 専門医

## ◆◆嘔吐下痢症の季節です◆◆

冬になると子どもはよく嘔吐下痢症にかかります。嘔吐した場合の対処法をぜひ覚えておいてくださいね!!!吐き続ける時や、脱水が強い場合は点滴や入院が必要になります。

### 嘔吐した時は...

- ①嘔吐した時、吐き気が強い場合はしばらくは飲んだり食べたりは控えてください
- ②吐き気がおさまり、1時間ぐらい経過した後、水分を少しずつ始めます  
※柑橘系の果汁は吐き気を増強することがあります
- ③水分が大丈夫になったら、少しずつ消化の良い食べ物を与えていきます  
※水分補給一番大切です。栄養のことはあまり気にせず、食欲がなければ無理に食べさせる必要はありません。



# 2022

## ◆◆マナ&ベビー 今年の抱負◆◆

笑門来福 院長	君が笑えば この世界中に もっともって 幸せが広がる 所長	明るく元気に 頑張ります！ 看護師 武石	精励恪勤 看護師 江瀨
気軽に声をかけて いただける雰囲気 目指します！ 看護師 尾林	実践躬行 看護師 小川	一所懸命 看護師 橋本	獅子奮迅 看護助手 重原
初志貫徹 受付 山本	健康第一 受付 岸本	何事も全力で楽しむ 受付 吉田	

### 「年始のお知らせ」

1月4日（火）より通常診療となります。  
混み合う可能性もありますので、イチケツで予約されてご来院ください。

### 「1月の代診の先生のお知らせ」

4日の火曜日の午後、12日と26日の水曜の診察は畠添先生となっております。  
診断書の記入や体重チェック、臍ヘルニアの診察の方は院長先生の診察日に  
来院していただくようお願いいたします。  
「診療時間」月曜・火曜・木曜・金曜：9時～12時、14時～18時（17時30分受付終了）予防接種専門外来：14時～15時  
水曜：9時～12時、土曜：9時～13時  
健康診断（4か月・10か月・1歳6か月）：月曜・火曜・水曜・木曜・金曜（予約制）

