

Social medical corporation hokuto

★広報誌★

# ほくと7

seven

107

VOL.

2022.9

<http://www.hokuto7.or.jp>

友だち募集中!



友だち追加は  
こちらから!



特集 小児科

# アレルギー外来



contents

- 02 連載:plus⊕鍼灸
- 03 特集  
小児科アレルギー外来
- 06 HOKUTO NEWS
- 07 HOKUTO Information
- 08 肝腎カナメ!の腎臓話

# plus 鍼灸

プラス  
shinkyu  
vol.2

十勝のスポーツ界を牽引する白樺学園高等学校、男子バレー部3年生の神原昂汰さんにお話を伺いました

Q けがの状況は？



A 今年1月頃、ひざに痛みが出現、階段を上ったり歩くだけでも痛みを感じる状態で、多いときは週2回整骨院に通っていました。電気を使った施術やマッサージを受けて一時的には良くなりますが、プレーをすると痛みが再発する状況を繰り返しています。

Q 実際に針治療を受けてみて

A 今回、坂口さんに施術していただき痛みが軽減しました。これまでも針治療を受けたことはありましたが、ここまで即効性を感じたのは初めてです。

2日後に試合を控えていますが、全力でプレーできそうです！

※予約制です。お電話またはWebから  
お気軽にお問い合わせください

☎070-2009-4740



鍼灸師 坂口友亮

関節の痛み、筋肉の痛み、  
しびれ、頭痛、めまい、胃腸  
の症状、スポーツ疾患  
を得意としている



社会医療法人 北斗グループ  
ほくと鍼灸院

帯広市西13条南41丁目2番地7



2日後の試合  
では、痛みの再  
発もなくベスト  
に近い状態でプ  
レーができたよ  
うです！

将来、柔道整復師を志すという神原さんは「けがをして全力でプレーできない悔しさ、治療してバレーボールができる楽しさ、喜びを経験。今までの経験を活かし、柔道整復師としてスポーツをする人たちの役に立ちたい」とお話しされていました。

今回、神原さんのひざの痛みは大腿四頭筋が大きな要因となっていました。痛みの原因は患部だけにあるとは限らず、離れたところに緊張が残っている場合があります。鍼灸はこのようなケースを得意としていますので、身体の違和感にお困りの方は「ほくと鍼灸院」までぜひご相談ください。

ほくと鍼灸院をはじめ、北斗グループは全てのアスリートを応援しています！



# 小児科

# アレルギー外来

食物アレルギーの診断や除去食解除のための検査、アトピー性皮膚炎や気管支喘息の治療・管理などを行っているアレルギー専門医の人間会美子先生にお話を伺いました。



## なぜアレルギーが起こる？

私たちの体には、異物（ウイルスや細菌など）から体を守る免疫の仕組みがあります。食物や花粉、ダニなどのある特定の異物が体内へ入ると、この仕組みによって、免疫が過剰に反応して異物を体外へ出そうとします。この反応をアレルギー反応といいます。

「アレルギー」といっても様々な疾患があり、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、気管支喘息、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎、花粉症、動物アレルギーなどが挙げられます。

## 食物アレルギーについて

小児科アレルギー外来では特に専門性の高い分野として食物アレルギーが挙げられます。

食物アレルギーの原因となる食品は、乳幼児期には鶏卵、乳、

小麦が多く、学童期以降では甲殻類、果物、ナッツ類などのように年齢に伴って変わってきます。最近では、クルミやカシューナッツなどのナッツ類やイクラなどの魚卵によるアレルギーも増えてきました。

また、北海道では4月から6月にかけてシラカンバの花粉が飛散しますが、その花粉症にかかった後に、生の果物や野菜を食べ、のどや口の中にかゆみやしびれを生じる人がいます。これを口腔アレルギー症候群といい、このような患者さんも多くみられます。乳幼児期に発症した鶏卵、乳、

小麦のアレルギーの多くは、成長とともに食べることができるようになりますが、中には食べることができず、除去を続ける必要がある人もいます。

## 食物アレルギーの症状が出たらどうしたらいい？

食物アレルギーは、食物を食べる、触る、吸うことでアレルギー反応が出ます。症状には様々なものがあります。（表1）のような症状がひとつだけだったり、複数出現することもあります。

蕁麻疹や湿疹、口の中がかゆくなるような軽い症状であれば、抗ヒスタミン剤を内服して様子を見ることができそうですが、次に述べるアナフィラキシーを起こした場合、救急車を呼んで医療機関を受診しましょう。

### 〈表1〉食物アレルギーの主な症状

#### 皮膚症状

- 蕁麻疹
- 皮膚の赤み・かゆみなど

#### 粘膜症状

- 眼の腫れ・充血
- 唇の腫れ ● 鼻の詰まり
- 口の中やのどのかゆみ

#### 呼吸器症状

- 咳やゼーゼーする
- 声枯れ ● 息苦しくなる

#### 消化器症状

- 腹痛 ● 嘔吐 ● 下痢など

#### 神経症状

- 元気がなくなる
- 意識がなくなる

#### 循環器症状

- 血圧の低下 ● 手足が冷たくなる ● 顔色が悪くなる



## 〈表2〉アナフィラキシーの診断項目

皮膚または粘膜症状があつて、それに呼吸器または循環器症状が出現した場合

アレルギーの原因となるものに曝露※した後、数分～数時間以内に皮膚・粘膜症状、呼吸器症状、循環器症状、持続する消化器症状のうち2つ以上を伴う場合

アレルギーの原因となるものに曝露※した後、数分～数時間以内に血圧が下がった場合

※曝露／問題となる因子にさらされること

## アナフィラキシーって？

アナフィラキシーは〈表2〉の3項目のうちいずれかに該当すれば、診断されます。  
このような症状がみられた場合は、直ちに、救急車を要請し

てください。たまに、「眼が充血して腫れて痒そうにしていたら咳をしだしてゼーゼーしていた。様子を見ていたら徐々に良くなってきました。」と話される方がいますが、アナフィラキシーは急速に悪化し、血圧低下や意識障害を伴うアナフィラキシーショックとなり、まれに死に至ることもあります。

また、アナフィラキシーを起こす危険性のある人は、エピペン®を処方されますが、アナフィラキシーだと判断したら迷わずエピペン®を打って救急車を呼んでください。症状が出現してからエピペン®を打つまでに時間がかかった場合は、その後の治療に反応しにくい傾向があります。

## アナフィラキシーが起きたらどうするの？



エピペン®は、緊急時衣服の上から打つことも

もし、お子さんにアナフィラキシーが起こった場合、まずは大人たちが深呼吸をして落ち着きましよう。そして、可能な限り周囲から人を集めて役割分担などをして大勢で対応します。救急車を待っている間は床に寝かせ、足を30cm程度高くします。吐き気があったり、嘔吐している場合は、のどに詰まらせて窒息させないため横向きに寝かせます。呼吸が苦しくて仰向けになれない場合は、少し上体を起こし、後ろに寄りかからせてもよいでしょう。

エピペン®を処方された患者さんで、打つタイミングが分からないと話される方が多いです。ぜひ、分からないことは何でも気軽に主治医の先生に相談してください。

## 食物アレルギーはどうやって診断する？

まずは、アレルギー症状が起こった際の状況、摂取した食物、症状などを詳しく問診します。いつ、何をどのくらいの量を摂取したか、摂取後どのくらいして症状が出たか、どんな症状が出たか、再現性があるかどうか、体調不良などがなかったかどうか詳しく聞き取ります。

診断の参考になるのが、血液検査や皮膚プリック検査ですが、陽性と判明しても、「感作※」を示していて、必ずしも症状誘発にかかわる真のアレルゲンとは限りません。すなわち、血液検査で数値が出ても摂取できる可能性もあります。逆に、数値が出にくい人もいて、検査結果が陰性であっても摂取してアレルギー症状を起こす人もいます。そのため、必要に応じて食物経口負荷試験を行い、診断確定を行います。

※感作：ここでは抗原に対しアレルギー反応をおこしている状態であることを指します。

## 食物経口負荷試験とは？

アレルギーの原因と確定されている食品あるいは疑われる食品を、単回あるいは複数回に分



# 小児科アレルギー外来

けて摂取し、症状が出てくるかどうかを確認する検査です。複数の食品を摂取した後にアレルギー症状が出現した場合は、原因となった食物を同定するためにに行います。また、血液検査で陽性となっているため、怖くて摂取できない場合も、その食品に対して症状が誘発されるかどうかを確認するために行います。

アレルギーの原因と分かっている食物に対しても、どの程度まで摂取できるか知るためや、ずっと除去をしていた食品が摂取できるようになったかを確認するためにも行えます。

当院での食物経口負荷試験は、原則、日帰りの入院で行っています。確認したい食物を自宅から持参していただき、私たちの目の前で摂取していきます。その際には、アナフィラキシーなどといった症状が出現する可能性があるため、緊急対応が可能な体制で行っています。

更に、特殊な食物アレルギー



運動誘発試験の様子

のひとつで、「食物依存性運動誘発アナフィラキシー」というものがあります。摂取単独や運動単独では症状が誘発されませんが、原因となる食材を摂取後に運動などの負荷によってアナフィラキシーが誘発される病態です。この診断を行うために、トレッドミルで運動を負荷し、観察する運動誘発試験も施行しています。

## 食物アレルギーの治療はあるの？

治療はあるの？

食物アレルギーの治療は、症状が誘発される食物を必要最小限除去しますが、症状が誘発されない範囲までは摂取可能です。体調不良時に摂取すると症状が誘発される可能性があり、思わぬ誤食を起こすこともあるので、症状出現時の内服薬やエビペン®は持ち歩くようにします。極微量でもアナフィラキシーを起こしてしまう方は、日常における食事の場面で不安

や緊張を強いられ、気軽に外食や旅行をすることができません。そういった方々には、症状が誘発されない微量のアレルゲンを連日摂取する「経口免疫療法」という治療法（臨床研究）を提案して実施しています。これは、アレルゲンとなる食品をあえて摂取することで、体が慣れていき、アレルギー反応が起こる閾値※が上昇することによって、少量を誤食しても症状が誘発されない状態へ誘導していくものです。問題なく日常摂取量まで摂取できるようになる人いれば、残念ながら、摂取可能量が増えない人もいます。

※閾値：人間の感覚器官が感知できる最小限度の刺激量

## 食物アレルギーの予防法？

かつて、妊娠中や授乳中のママが卵や牛乳などの食事制限をしたほうがいいのかと検討されたこともあります。ですが食物アレルギーの発症予防には全く効果はなく、ママの栄養状態に問題が生じるので、現在では食事制限を行うことは推奨されていません。

また、離乳食の開始を遅らせても食物アレルギーの発症予防にはなりません。生後5～6か月ごろが適当で、これより早めたり遅らせたりすることは推奨されていません。

乳児期に湿疹やアトピー性皮膚炎があると、皮膚のバリア機能が壊れて、そこからアレルゲンが侵入し食物アレルギー発症のリスクが高くなると言われています。そのため、湿疹に対しては速やかに治療を行い、離乳食開始前には、湿疹を十分にコントロールしておくことが大事です。



発達専門外来  
人見知洋先生

アレルギー外来  
人見会美子先生

一般外来  
西村洋一先生

このようにアレルギーには様々なものがあります。少しでも不安に思うことがある方は小児科アレルギー外来にぜひご相談ください。

熊本県出身。1999年 佐賀医科大学(現:佐賀大学)医学部卒業  
●取得専門医/小児科専門医、アレルギー専門医  
●所属学会/日本小児科学会、日本アレルギー学会、日本小児アレルギー学会

# パンキャンジャパン北海道支部「北海道舘がん教室」

地域医療連携推進課 神谷 彰太

すい臓がん患者支援団体であるパンキャンジャパン北海道支部が主催する「北海道舘がん教室」で当院の医師がWEBで講演を行いました。

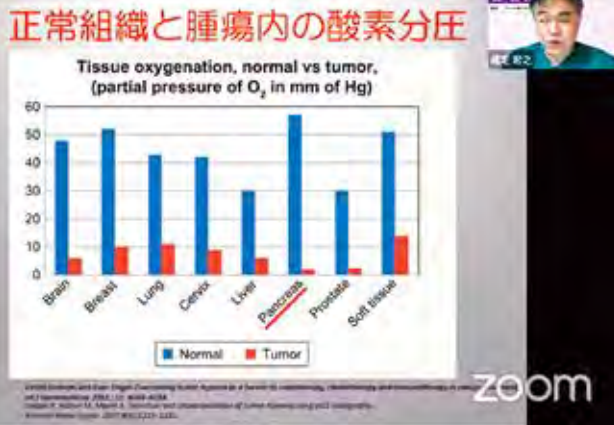
5月22日第21回北海道舘がん教室では、消化器内科の河瀬智哉医師が「十勝おびひろ早期舘がん診断プロジェクト」北斗病院での実績と今後の課題」と

題し、舘がん早期診断プロジェクトにおいて当院での診断・治療の実績など取り組み、今後の課題について講演しました。

8月21日第23回北海道舘がん教室では、放射線治療科の成定宏之医師が「電磁波温熱療法・高気圧酸素療法を併用するテラレーメイドがん集学的治療の効果」と題し、患者さまにあわせて4つの治療法を組み合わせること治療効果を最大限発揮させるがん集学的治療について講演しました。

いずれもWEB (Youtube) で実施され多くの方々にご参加いただき、講演会後には、事前にいただいた質問に対し両医師が詳しく解説した他、舘がん患者やご家族を対象に講演医師も参加する交流会がZoom会議にて行われ有意義な情報交換の場となりました。

今後このようなWEBでの講演会に積極的に参加し、多くの方々に当院での取り組み等をお伝えしていきたいと考えております。



成定医師



河瀬医師

パンキャンジャパン／米国有数のすい臓がん患者支援団体である「パンキャン」の日本支部が2006年に設立、2016年には北海道支部も設立されました。すい臓がんの正しい情報を提供するセミナーとサロン等を開催。詳しくはパンキャンジャパンホームページへ。<http://www.pancan.jp/> ※QRIは講演の様子

## 北斗福祉村ガーデン星の庭〜地域共生実現の第一歩として〜

介護老人保健施設 かけはし ガーデナー 菊池加津人 庄田 香澄



本年5月に北斗福祉村ガーデン星の庭の拡張工事が終了し、様々なエリアが追加されました。その中でも地域交流のきっかけづくりとして「星の庭」にポタジェ (potager) ガーデンと呼ばれる果樹、野菜、ハーブ、草花などを混植した、実用と観賞の両方を兼ね備えたエリアを作りました。ここでは、地域の方と種まきから苗植え、栽培管理や収穫を一緒に行い、最後は「収穫祭」で収穫したトマトやバジルでピザを作り、庭にあるピザ窯でアツアツのピザを焼き、皆で食べる計画を立てておりました。ところが新型コロナウイルス感染症の影響により、収穫祭の開催は断念することとなりました。収穫物は介護老

人保健施設かけはしの入居者ご家族さまや栽培管理に携わった方々に「おすそわけ」としてお持ち帰りいただきました。

その際、調理方法や召し上がった感想、野菜を育てた方へのメッセージを記入する「ごちそうさまカード」もお渡ししました。後日ポスト投函によって回収します。「ごちそうさまカード」の内容は栽培管理に携わった皆さまに共有できたらと思っております。

本年は新型コロナウイルスの影響により思い描いた活動はできませんでしたが、来年に向け今から様々な企画を考えていきますので、楽しみにしててください。





新入職のご挨拶



## New Face

2022年8月

検診科

水谷 彰吾

Mizutani  
Shogo

略歴

北海道大学 平成14年卒  
日本内科学会 総合内科専門医  
日本消化器病学会 消化器病専門医

帯広・十勝の皆さまの健康管理のお役に立てますよう  
精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。



新得クリニック・広尾町国民健康保険病院

スマイル

## SMILEドックは選びやすい6コース

あなたにあったコースがきっと見つかります

NEW



がん



脳



心臓



膵臓



肺がん



乳がん

がんコース 19,800円(税込) ・ その他コース 16,500円(税込) / セットコースも用意しています  
詳しくはおたずねください

お問合せ・ご予約受付時間 平日 ▶ 9:00~17:00 ※ お住まいの町により、助成が適用される場合があります



社会医療法人 北斗

新得クリニック

〒081-0013

上川郡新得町3条南5丁目1 ☎0156-69-5151



地方独立行政法人

広尾町国民健康保険病院

〒089-2622

広尾郡広尾町公園通南4-1 ☎01558-2-3111(代)



SNS新着情報

社会医療法人北斗 公式SNS各種、随時更新しております！  
今回は新しい YouTube 動画を2本ご紹介します。ぜひご覧ください！



【がんの集学的治療：膵臓がん】

肝臓転移の再発から4年を経過し治療継続中の症例



【冠動脈バイパス術についてわかりやすく解説】

イラストで解説！ 虚血性心疾患の外科的治療について



