

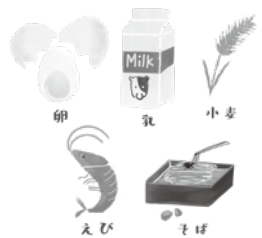
## 切っても切れない…アトピー性皮膚炎と食物アレルギーの関係

小児科 副部長 鈴木 繁

「アレルギーマーチ」という言葉、お聞きになったことはありませんか？アレルギー体質を持つお子様が様々なアレルギー疾患（アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、喘息など）を発症してしまう現象のことをいいます。アトピー性皮膚炎はアレルギーマーチの根幹に位置しており、喘息や食物アレルギー発症のリスクを増加させます。

### 最近のアレルギーの考え方

まだ離乳食を始めていない児でも卵や牛乳等にアレルギーを持ってしまふことがあります。経皮感作といって、特に湿疹のある皮膚から刺激を受け、食物アレルギーを発症することがあります。皮膚炎を合併する食物アレルギー治療は皮膚炎治療を並行して行うことが重要であること、離乳食が遅れると食物アレルギーが増加すること、アレルギー食材は完全除去ではなく安全量の継続摂取が耐性獲得に有効であること等が論文で報告されるなど、食物アレルギーの考え方は大きくシフトしています。



### 当院の診療内容

#### ①アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎治療としてプロアクティブ療法をもとに体の洗浄法、個々の体格や年齢に合わせた軟膏塗布量を設定し、湿疹ゼロを目指します。看護師指導のもと身体の洗い方と軟膏塗布法を取得できる1週間程度のスキンケア入院プログラムも行っています。

#### ②食物アレルギー

血液検査や経口食物負荷試験（1泊入院）等を必要時に行い、アレルギー食材を安全かつ安心して、適切な時期に適切な量を摂取できるよう評価を行っています。

こどものアレルギーでお困りのことがあれば、小児科までお声がけください。



## 子宮頸がん検診のお話

健診センター 医師 高野 玲

### ●がん検診の目的

無症状の方に検査を実施して、がんを早期に発見し早期治療を図ることで、その疾患の予後を改善させることです。子宮頸がん検診は、子宮頸部細胞診と視診・内診をおこないます。また、気になる症状などがあれば、お話を伺って精査を受けるべきか検討します。

### ●検診の方法

腔内に腔鏡(クスコ)という器具を挿入し、子宮頸部や腔内を観察し、ブラシのような器具を用いて子宮頸部の細胞を採取します。痛みを感じることは少ないですが、人によっては強い痛みを感じる場合があります。当院では小さいサイズの腔鏡を準備しております。これまでの子宮頸がん検診の際に痛くてつらい経験をされた方は、診察前に担当看護師または医師にお伝えください。内診では下腹部を強く圧迫するため、膀胱内に尿がたまっていると、診察が正確にできない可能性があります。診察前に排尿をすませてください。

下腹部の緊張が強いと、診察の際に痛みを強く感じる場合があります。また診察しづらくなることもあるため、なるべくリラックスした状態で診察を受けていただけるよう、心がけております。検診についてご不明な点がありましたら、健診センターへお問い合わせください。

※オプション検査として、ハイリスクHPV(ヒトパピローマウイルス)、経膈超音波検査があります。

※なお、当院では子宮体がん検診をおこなっておりません。検査ご希望の方は他院へご相談ください。

●聖隷佐倉市民病院 健診センター  
☎043-486-0006  
(平日9:00~16:30/土曜9:00~12:00)



## 検診・健診を受診された方へ

市民検診や一般健康診断で精密検査が必要と判定された場合、必ず医療機関を受診し、精密検査を受けることが勧められています。検診後の精密検査によって、早期に病気の発見や治療へとつながります。受診のし忘れがないように注意しましょう。

当院では下記の精密検査を実施しています。検査をご希望の方は検診結果をお手元にご準備し、受診科や受診方法について電話・窓口にてお問い合わせください。



精密検査対応一覧	お問い合わせ
胃がん検診	<b>【お問い合わせ】</b> ☎043-486-1155 平日 8:30~17:00 ※予約可能な診療科も あります。
大腸がん検診	
乳がん検診	
肺がん検診	
前立腺がん検診	

## 保険証の確認

保険証は月に一度診察前までに【保険証確認】窓口へご提示頂きますようお願いいたします。

※【保険証確認】窓口は、101総合受付内にごございます。

後期高齢者医療被保険者証は、1年ごとに更新され、毎年8月に新しい保険証になります。保険証を更新された方は、必ず窓口へ保険証のご提示をお願いいたします。ご不明な点は、加入されている市町村の担当窓口にお尋ねください。

## 脳卒中を予防しましょう

健診センター 看護師 金子 由恵

『脳卒中』とは脳血管に起こる病気の総称です。代表的なものには脳梗塞、脳出血、くも膜下出血の3つがあります。

■**脳梗塞**: 脳の血管が詰まり、その先に血液が運ばれなくなりその部分の脳細胞が死滅してしまう病気です。死滅した脳細胞は回復できないため、その部分が担っていた感覚、機能が失われます。

■**脳出血**: 高血圧や、高血圧に伴う動脈硬化等により血管がもろくなり脳の血管が破れる病気。多くの場合激しい頭痛を伴い、半身の麻痺などが起こります。

■**くも膜下出血**: 80%~90%は脳動脈瘤と呼ばれる脳の動脈にできた『こぶ』からの出血が原因です。『突然バットで殴られたような痛み』と形容されます。

それぞれの脳卒中の症状、原因は違いますが共通することは発症時の救急対応です。脳卒中起きたら『すぐに病院へ』がとても大切です。脳は身体のあらゆる機能を司っている器官です。脳に血液が流れなくなることで細胞の一部が破壊されると身体機能の麻痺などの後遺症、また場合によっては命に関わります。

脳疾患、脳血管疾患は突然発症して命の危険や深刻な後遺症につながるものや、気づかずに進行させてしまうと日常生活に大きな支障を及ぼすものがほとんどを占めます。自覚症状のない脳疾患・脳血管疾患の早期発見と、そのリスクを知る為に脳に特化した健康診断・脳ドックを40歳を越えたら受けることをお勧めします。

### ●脳卒中を予防するための10か条

- ① 高血圧から治しましょう。
- ② 糖尿病をしっかり管理してリスクを減らしましょう。
- ③ 不整脈に気づいたら1度は受診をしてみましょう。
- ④ 予防に禁煙は欠かせません。
- ⑤ アルコールは適量過ぎればリスクあります。
- ⑥ 高すぎるコレステロールも注意しましょう。
- ⑦ お食事の塩分・脂肪は控えめにしましょう。
- ⑧ 無理のない運動を続けましょう。
- ⑨ 太りすぎは万病のもとになります。
- ⑩ 脳卒中起きたらすぐに病院へ行きましょう。



参考文献：公益社団法人「日本脳卒中協会」

## 栄養科通信

### 七夕の食文化について

7月7日の七夕は「七夕の節句」とも呼ばれる五節句のひとつです。節句は、旬の食材を作り、お供えすることで家族や友人の無病息災を願う風習があります。

七夕の日の食卓によく並ぶもののひとつは、素麺です。室町時代頃から、七夕に食べられるようになったと言われております。この時期によく採れる小麦の収穫に感謝する意味や、天の川をイメージできることから、七夕に素麺を食べるようになりました。

また、中国では古くから七夕に、索餅(さくべい)という唐菓子が食べられていました。これは練った小麦粉を細く練り棒にかけて伸ばしていく作り方をします。これが日本に伝えられ、手延素麺の製法へと変化していったとも言われています。

さらに最近では、七夕が「笹の節句」とも呼ばれることから、7月7日が「笹かまの日」に制定されています。笹は、神迎えや寄りついた災厄を水に流す役目があると言われております。

笹かまは、ヒラメを使った焼きかまぼこを笹の形にしたのが発祥と言われております。現在でも、白身魚を主原料にしているものが多いです。そのため笹かまは、たんぱく質を多く含み、脂肪分が低い食材です。一方、笹かまのような練り製品は、製造過程でナトリウムが使われているため、塩分を多く含む食材のひとつです。食べ過ぎに注意しながら使ってみてください。



2021年度七夕メニュー

管理栄養士 船越 由衣

聖隷

7月号

## さくら通信

Seirei Sakura Tsushin  
Jul.1.2022  
発行者/ 鈴木 理志

vol. 216



6月18日(土)新人防災訓練を行い、災害時に必要な知識・行動を習得しました。

- \*切っても切れない…アトピー性皮膚炎と食物アレルギーの関係
- \*子宮頸がん検診のお話
- \*検診・健診を受診された方へ/ 保険証の確認
- \*脳卒中を予防しましょう
- \*各科外来担当および診療内容
- \*気うつと理気剤(2)
- \*七夕の食文化について

愛をテーマに、継続とともに

聖隷佐倉市民病院

〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2

Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

