



かみぞのキッズクリニック

シックキッズニュース

2017年9月号(No.4)

●インフォメーション

インターネット予約終了時間を延長し枠を増やしました

長い休みも終わり新学期が始まりました。診療が受けやすいように、またお子様の急の体調変化時に働くお母さんたちも仕事がおわってから受診しやすいように、午後のインターネット予約時間を延長いたします。17:45~18:00の枠を作ります。予約なしでの直接受診にも対応しておりますので、どうぞご利用ください。受付時間の18:00を過ぎてしまい、直接来院されたい場合は、電話でご一報いただきますとありがたいです。用事がない限りできるだけ対応させていただきます。対応不能の際はどうぞすばしいかご指示させていただきます。

インフルエンザワクチンの接種希望の調査をはじめます

当院はワクチン接種を積極的に取り組んでいます。もちろん、冬に流行してしばしばけいれんや脳症を引き起こすインフルエンザのワクチンの接種にも積極的に取り組もうと思っております。しかし、開院したばかりで、どのくらいの需要があるのかわかりませんので、9月くらいから、来院した患者さんを中心にワクチン接種の希望を伺います。お忙しいところ恐れ入りますが、ご協力をお願いします。

●編集後記

夏の甲子園、終わりました。大分代表の明豊高校、九州勢では唯一ベスト8に残り気を吐きました。何点はなされてもあきらめずに最後まで戦い抜く姿に感動しましたね。個人的な話ですが、9月、海の向こうでは、いよいよハンク・ウィリアムズの歌声、“Are you ready for some fooyball!!~♪”に乗って、アメリカンフットボールが開幕します。マイ・フェイバリットチームは、昔住んでいたボストンのチーム、“ニューイングランド・ペイトリオッツ”(アメリカ独立戦争の偉人たち)ペイトリオッツ(ゆかりのチーム名)。今年2月のスーパーボウルでは、アトランタ・ファルコンズ戦、28-3のビハインドから最終4クォータに二度の2ポイントコンバージョンのギャンブルともに成功させ、連続で25点取って、終了1分前に追いついて、スーパー史上初のオーバータイムに突入。そのままの勢いで最初のボールキャリアでタッチダウン奪い、5度目のスーパー、ゲットしました。あの時の感激が思い起こされます。しばらくは月曜の深夜(あちらのGame day)、眠れそうもありません。

●今月のフォーカス 当院が行っている“ぜんそく診療”初診編

二学期も始まり、お子さんたちはいよいよ運動会の練習！本番に向けて練習や準備に盛り上がっていると思います。ただ・・・ぜんそく持ちのお子さんにとっては、これからが発作の起きる季節となります。9月号の大分のフリーマガジン、“月刊ぶらざ”誌のドクターズカルテのコーナーに、気管支喘息の話に掲載しています(折り込みチラシをご参照ください)。旧阿南小児科のころから阿南先生に気管支ぜんそくで定期的にかかれておられる方もおりますが、これまでの診療と異なりやや違和感を感じている方もいらっしゃると思います。具体的にはどのようなぜんそく診療を行っているのでしょうか？9月号と10月号は、初診編と再来編(いわゆるぜんそく外来)の2回に分けて、私が行っているぜんそく診療をご紹介します。

らまた咳が出てきた”、という方が多いです。当然、発作できつがっているおさんは、発作に対する吸入療法を優先しますが、その咳が本当にぜんそく発作であるかを簡単に鑑別します。まずはパルスオキシメーター(2ページ左上の絵参照)という指に洗濯はさみみたいなものを挟んで、動脈血酸素飽和度と脈拍数を図ります。そして軽く聴診を行い、空気の出入りする音の状態を聞き、それから発作の強度(大発作・中発作・小発作)を評価します。

ここまでならばどこでもやってることで、何も目新しいことではないと思いますが、ここからが肝心な話です。ピークフローメーター(2ページ左上の絵参照)という、簡単に肺機能の重要な指標であるピークフロー(吐く息の最大瞬間風速)を計測できる器具を使用して、吸入前後で測定し、ぜんそく発作で低下している最大瞬間風速が改善したかを確認します。一般的にはピークフローの数値が2割の改善が認められれば発作があったと判断しています。発作の時の測定はちょっときついの



中面につづきます

受付時間	月	火	水	木	金	土
9時~12時	●	—	●	●	●	●
14時~18時	●	—	●	●	●	●

休診日/火曜・日祝日

9時より早く来られた方も、診療準備完了次第、順次診療してます。また夕方6時ぎりぎりまで受付しております。お気軽に相談ください。

インターネット予約が可能です

かみぞのキッズ よやく | Q

http://kamizono-kids.com

〒870-0822

大分県大分市大道町4-5-27 第5ブンゴヤビル2F



ホームページQRコードはこちら



WEB予約QRコードはこちら



TEL:097-529-8833

ですが、できる方には頑張ってもらいます。

皆さんは、ふつうどの医者でも“もしも”してぜんそく発作、と診断してらるだろう、医者が聴診すればそんな面倒なことしなくてもぜんそく発作ってわかるんじゃないか？と思われているかもしれません。しかし、このピークフロー測定をちょっと行うことがぜんそく診療の核心といっても過言ではないと思います。

吸入療法の前後でぜんそく発作の改善が認められれば、改めて問診、ということになります。発作がいつごろから、どれくらいの強さで、…云々という話もちろんだ大事なのですが、ぜんそく持ちであるかどうかを知るには、より大事な話があります。それは、赤ちゃんの頃の肌の状態がどうであったかどうか(乳児湿疹がひどかった、アトピー性皮膚炎といわれていたなど)、食物アレルギーやアレルギー性鼻炎などのアレルギー疾患があるか、ご両親のぜんそくがあるかどうか、ペット飼育歴、家族内の喫煙者がおられるか、です。

それと、ほとんどの方がぜんそくとかぜんそくっぽいねといわれているにもかかわらず、一度もレントゲン検査などで似たような長引く咳をきたす病気の可能性を除外され



てもらえないようなので、レントゲン検査を初診時にしばしばお願いしています。

同時に、子どものぜんそくはダニのアレルギーが重要な要因なので、ダニや室内塵(ハウスダスト)、あるいはスギなどの花粉やペットの毛などに感作されているかのアレルギー検査をします。検査というと、“血液検査だ!”、“子供が大泣きしてかわいそう!”、“結果が出るのに何日もかかるしー”、と抵抗感を持たれる方もいらっしゃるかと思います。しかし当院では、非常に簡便で、痛みもほとんどなく、迅速に結果が出て鋭敏な、プリックテストという皮膚テストを中心に行っており、お子さんやご家族に喜ばれております。試薬を皮膚において針金で軽く数秒抑えるだけという簡便さで、15分後にテストしたところが腫れてくるかどうかで診断できるたいへん有用な検査です。

以上の治療、問診、診察、検査から、ぜんそくであると確信をもって診断された場合、発作の消失をまって、月1回程度のぜんそく外来にまわして、ぜんそく長期管理薬を中心とした薬物療法と患者さんのぜんそくに対する教育をスタートさせますが、こここそが当院のぜんそく診療の最大のポイントですので、来月説明したいと思います。



●今月のフォーカス2 当院の“他にない”診療の特徴

先月は、当院の建物の構造的な特徴についてお話ししました。当院は、地域の信頼できるホームドクターとして、地域貢献することを理念にしており、かぜやワクチン・健診の時はもちろん、他では聞けないような困りごとなどを相談していただければと、思っているありふれた普通の小児科診療所です。ですが、これまでの経験に基づき、他のクリニックにはない診療もしています。今月はそのことについて、すこしお伝えしたいと思います。

アレルギー専門医による小児科診療

大分県では初めての日本アレルギー学会と日本小児科学会の2団体の学会認定の専門医による小児科クリニックです(小児科に関しては指導医の資格あり。専門医・指導医についてはコラム参照)。熊本の上天草総合病院で6年間半(旧上天草喘息センターでの施設療法)、大分こども病院で4年3か月(アレルギー専門外来と病棟医長)、合計10年以上にわたり、ぜんそくや食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎など、たくさんのアレルギーっ子たちの診療をしてきました。当院は“小児食物アレルギー負荷試

験の認定施設”であり、経口負荷試験を保険診療で行えるクリニックです。負荷試験をしないことには、食物アレルギーの正しい診断や、原因食物の除去解除などの食事指導の指示をだせません。また、スギやダニによるアレルギー性鼻炎の免疫療法にも積極的に取り組んでおります。食物アレルギーや花粉症の免疫療法についてはいずれこの新聞でご紹介する予定です。

慢性疾患への対応… 6年半の僻地での診療経験

2006年夏から6年半、熊本県の天草にある上天草総合病院という僻地の中核病院で1人医長をしていました。そこでは風邪や肺炎、胃腸炎などのいわゆる急性疾患だけではなく、数は少ないながらも肥満・低身長など内分泌疾患、夜尿症・チック・今問題となっているADHDや自閉症などの発達障害・熊本市内から転院してきた重症心身障がい児のお子さんが在宅療法に移行するときのお手伝いなど、なんでもみていました。近くにほかにそれらを専門にしている小児科医のいる総合病院がなかったからです。一人一人のお子さんの問題について、専門書やネットからの情報、学会発表を通していろいろな先生や製薬会社の方の助言で、お子さんや保護者の方とともに時間をかけて解決していく経験は何にも代えがたい貴重なものとなっております。もちろん対応困難な場合は二次病院にご紹介いたしますが、この経験を活かして、クリニックでも対応できるものについては対応してゆきたいと思えます。

いたくない、苦しくない検査を積極的に行い、 “手抜きしない診療”を心がけています

採血は必要性がない限り、痛くない針(糖尿病の方が自宅で血糖を測るときに使用する針)を使用して数滴で必要最小限の検査を行える耳朶血検査を推奨しています。アレルギー検査は、採血検査よりも簡便で痛みがなく鋭敏でコストがやすい皮膚テスト(プリックテスト)を推奨しています。インフルエンザ、RSウイルス、アデノウイルス溶連菌などの各種迅速診断は、保険診療ができるものほとんどすべてそろえており、抗菌薬を使用する場合はできるだけ細菌培養検査を行うようにしています。画像検査も積極的にしており、被ばく量

の低い最新のレントゲン装置と、全く体に負担のないエコー検査(腹部、心臓、リンパ節などどこでも)を積極的に行って、できるだけ正確な診療を心がけています。

漢方薬を積極的に勧めています

漢方薬というと、“苦い、いかがわしい、むずかしい、飲ませにくい、種類が多すぎて何を飲めばいいかわからない”と負のイメージがありました。しかし、実はこどもにはいろいろな面で有利な特徴があります。例えば、漢方的病態が大人よりもシンプルで把握しやすい、実は西洋薬のように即効性のあるものが多い、ある程度限られた翔薬・漢方薬で対処できる、副作用がないといった過言ではない、実は甘く飲みやすい漢方薬もある、などの有利な面があります。飲ませ方さえ工夫すれば、かなり使えるものが多いので、これまでの使用経験から独自の飲ませ方・使い方をお伝えして積極的に勧めております。



■コラム『専門医』

高度な知識や技量、経験を持つ医師として学会が認定した医師。まず日本医学会加盟学会で組織した専門医認定協議会(日本専門医認定機構の前身)において、「5年間以上の専門研修を受け、資格審査ならびに試験に合格して、学会等によって認定された医師」と規定されている。各専門医認定を受けるためにはその専門医資格認定団体が各々の試験を受ける必要があり、通常は学会が認定団体を兼任している。

2005年8月の時点で42の専門医の呼称がある。2002年から、各学会での所定の手続きを経れば、専門医の資格を開業医は広告に掲載してもよいことになった。

学会指導医は、高度な知識や技量、経験を持ち、認定医や専門医などを指導する立場にある医師として学会が認定した医師。

お子さんの長引く咳について・・・

～それってぜんそく???～



神菌 慎太郎 先生

博士(医学)
日本小児科学会専門医・指導医
日本アレルギー学会専門医
エビペン、スギ・ダニ舌下錠処方資格医

かみぞのキッズクリニック
所> 大田町4丁目5-27 第5ブングヤビル2F
(旧阿南小児科医院)
☎(097)529-8833
http://kamizono-kids.com/

運動会のシーズンが到来しました。が、ちょっと待って!これからの季節に多くなる“ぜんそく”について、小児アレルギー専門医がやさしく解説いたします。

Q うちの子は、保育園に通っているんですが、しょっちゅう風邪をひいて、そのあと出された薬を飲ませてもなかなか咳が止まりません。もしかしてぜんそくですか？

A 風邪をきっかけに長引く咳をし始めることが多いのですが、4人中1人のお子さんは2週間たっても咳がのこる、といわれています。年間平均3〜5回程度風邪をひくと考えますと、ぜんそくのお子さんでなくても長引く咳はありえます。ただし、息苦しい症状がみられる、ゼーゼーを繰り返している場合はぜんそく発作がでている可能性もありますので、出されたお薬をしっかり飲ませてでも繰り返したり長引く場合は、一度きちんと診てくれるクリニックを受診をお勧めいたします。

Q ではこれからの時期から増えてくる“気管支ぜんそく”について、教えてください。ぜんそく発作の症状はなんでしょうか？

A ぜんそくの診断は、診察やこれまでの症状、検査結果にもとづいて行います。ダニなどに対するアレルギー検査や、採血や皮膚テストでアレルギー検査を行います。気道が細くなっていないか調べるために、小学校高学年以上の可能なお子さんであれば呼吸機能検査を行います。

診断されます。特徴的な症状は、息をするときにゼーゼーいう(ぜんめい)、息を吐く時間が長くなる(呼吸延長)、などが反復することなのですが、軽い場合は咳だけのことがあります。

Q どういう子がぜんそくになりやすいのでしょうか？

A アトピー性皮膚炎や食物アレルギーのある子、家族にぜんそくの人がいる子、ダニに感作されている子がぜんそくになりやすいといわれています。ぜんそくになりやすい子が、かぜをひく、運動会やマラソンなどの激しい運動中にほこりを吸い込んだり冷たい空気にさらされる、たばこの煙、台風や前線通過などの天候の変化、ダニ、ペット、大気汚染物質などにさらされると、ぜんそく発作を起こすきっかけになります。

Q ぜんそくの検査について教えてください。

A ぜんそく以外の病気が隠れていないか、レントゲン検査を行います。ダニなどに対するアレルギー検査や、採血や皮膚テストでアレルギー検査を行います。気道が細くなっていないか調べるために、小学校高学年以上の可能なお子さんであれば呼吸機能検査を行います。

Q ぜんそくのお薬ですが、漫然と飲んだり飲みつづけているのですが、いったいいつまで使えばいいのでしょうか？

A ぜんそく以外の病気がないので、呼吸NOが上昇していれば、ぜんそくと診断できます。また検査時点の気道のむくみぐあいがNO濃度という数字で表れるので、ぜんそく予防薬の効果判定に進化してきています。

表1

Q 気管支ぜんそくのお子さんでは、空気中のダニやハウスダストに反応する体質なので、いつも気管支の壁はむくんでいます。吸入ステロイド療法などの有効な予防薬投与が行われているケースでは、気管支のむくみや炎症がとれます。そのことを簡単な問診で把握するために開発された質問紙(ぜんそくコントロールテスト、J-PAC、表1)を利用してぜんそくのコントロール状態を毎月把握します。J-PACスコア15点満点を3か月連続でつづければ、現在使用している予防薬の減量・中止を考慮します。最近では、気道のむくみや炎症を数値で見ることのできる“呼吸二酸化窒素(N₂O)検査”(図)ができる施設もあり、ぜんそくの診断・管理は格段に進化してきています。

Q 呼吸NO検査について教えてください。

A ぜんそく以外で呼吸NOが上昇している病気がないので、呼吸NOが上昇していれば、ぜんそくと診断できます。また検査時点の気道のむくみぐあいがNO濃度という数字で表れるので、ぜんそく予防薬の効果判定に進化してきています。

Q 最後にぜんそくに苦しんでおられるお子さんや保護者の皆様にメッセージをお願いします。

A ぜんそく治療の目標は、ぜんそく発作がない状態をずっと維持すること、スポーツや日常生活が普通にできること、最終的には予防薬がなくてもぜんそくでない体になることです。咳している時だけ咳止めテープをはるとか、夜間早朝、発作が出たときだけ吸入しに救急病院にかけこむような“その場限りの治療”では、お子さんだけでなく、保護者の皆様方にとっても大きな負担になります。ぜんそくは、病気のことを理解して、きちんと予防薬を使って上手にコントロールしてゆけば、比較的早期にぜんそくでない体にもってゆけます。信頼できるホームドクターとともに、ぜんそくをコントロールするためにあきらめずに頑張らしましょう。

Q 最後にぜんそくに苦しんでおられるお子さんや保護者の皆様にメッセージをお願いします。

A ぜんそく治療の目標は、ぜんそく発作がない状態をずっと維持すること、スポーツや日常生活が普通にできること、最終的には予防薬がなくてもぜんそくでない体になることです。咳している時だけ咳止めテープをはるとか、夜間早朝、発作が出たときだけ吸入しに救急病院にかけこむような“その場限りの治療”では、お子さんだけでなく、保護者の皆様方にとっても大きな負担になります。ぜんそくは、病気のことを理解して、きちんと予防薬を使って上手にコントロールしてゆけば、比較的早期にぜんそくでない体にもってゆけます。信頼できるホームドクターとともに、ぜんそくをコントロールするためにあきらめずに頑張らしましょう。

