小児科のご紹介

子供の体や心に気になることや心配なことがある場合、何科を受診すればよいか悩まれることもあるのではないでしょうか。

小児科というと子供を診る内科とお考えの方も多いかと思いますが、私たち小児科医は、小児期に関連のある医療すべてにまずは対応する総合医であると考えて日々診療にあたっています。当科の医師だけでは対応できない場合でも、適切な科や栄養科、薬剤部、リハビリテーション科と共同し、また必要に応じ他の施設とも協力して診療にあたっています。

小児科では午前中の一般外来に加え、午後には各専門外来を行っています。また当院は地域周産期母子医療センターとして北多摩北部唯一の新生児集中治療室を設置しており、院内外からの新生児を受け入れています。

今号では、当科での各専門分野（アレルギー、低身長、夜尿症）について簡単にご説明いたしますので、相談・受診をお考えの場合は、かかりつけの先生にご相談いただくか、平日日中は小児科外来、夜間休日は救急外来までご相談ください。

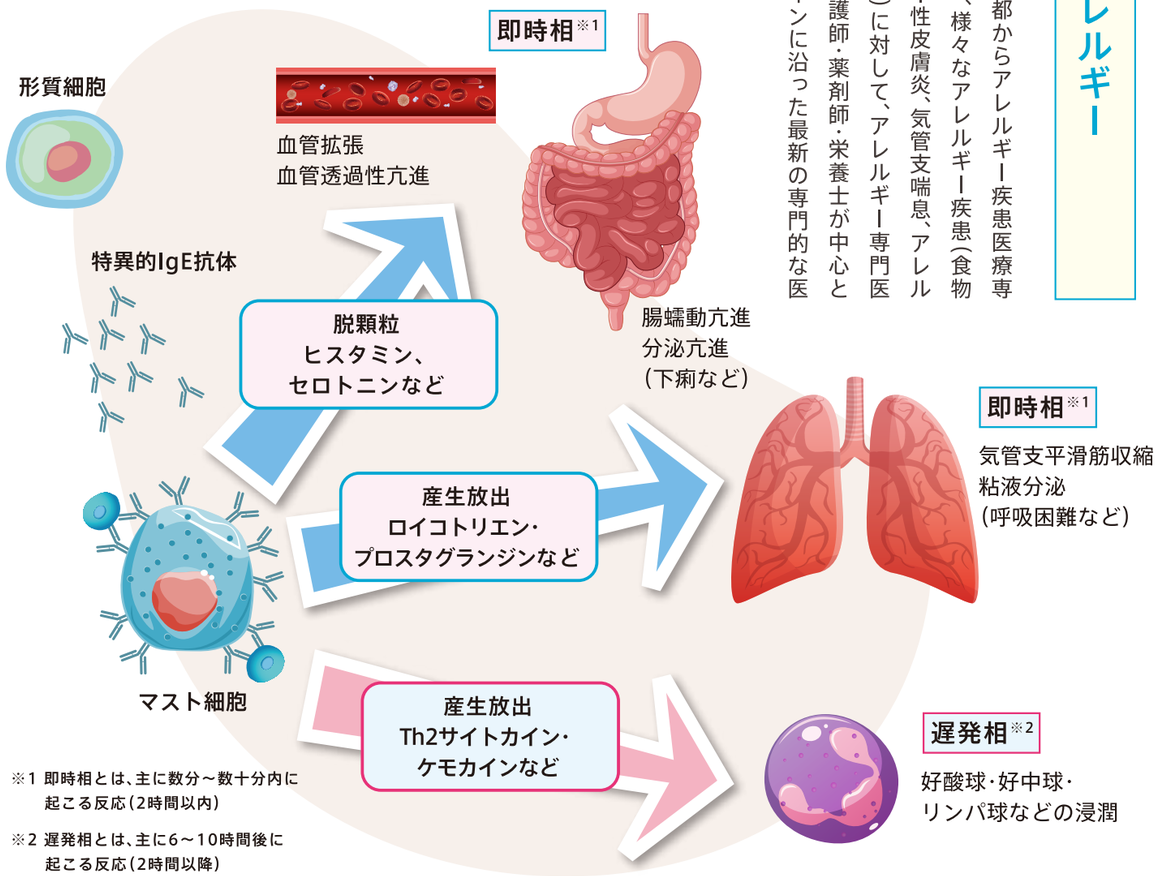
アレルギー

当院小児科は東京都からアレルギー疾患医療専門病院の指定を受け、様々なアレルギー疾患（食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、気管支喘息、アレルギー性鼻結膜炎など）に対して、アレルギー専門医と専門資格を持つ看護師・薬剤師・栄養士が中心となり、診療ガイドラインに沿った最新の専門的な医療を提供しています。

食物アレルギーの原因

食物アレルギーは図の機序のように主にIgE依存性に即時型反応を示します。

感作が成立した個体に再び侵入したアレルゲンはマスト細胞上のIgE抗体に結合してマスト細胞の活性化が起こり、図のような物質を脱顆粒・産生することで即時相や遅発相において様々な症状（じんましんや下痢、嘔吐、呼吸困難など）を引き起こします。



※1 即時相とは、主に数分～数十分内に起こる反応（2時間以内）

※2 遅発相とは、主に6～10時間後に起こる反応（2時間以降）

［食物アレルギーの検査］

診療では血液検査や皮膚検査、状況に応じて食物経口負荷試験（OFC）を行うことで原因食物を同定したり、どのくらいの摂取量で症状が出るのかを詳しく調べたりしています。OFCは外来と入院を合わせて、年間50例前後を行っています。また、原因食物を摂取した後に運動することでアレルギー症状が出現する食物依存性運動誘発アナフィラキシーの診断も行っています。

［対応策］

アレルギー症状が誘発されない安全な食事療法については栄養士から、アナフィラキシーの治療薬であるアドレナリン自己注射薬の使用方法と使用するタイミングについては薬剤師・看護師から具体的に説明いたします。

［アナフィラキシーに関するさまざまな活動］

当院の地域貢献活動として、構成市内の子どもを預かる施設内で、食物アレルギー発症時から当科の医師と直接電話相談をしながら当院に受診ができる「アナフィラキシー対応ホットライン」を運用しています。また、実践に則した少数グループワークの「アナフィラキシー小児救命シミュレーション講習会」や座学による「食物アレルギーマネジメントセミナー」を定期的に開催しています。

低身長

当院では低身長、思春期の異常、甲状腺機能異常、糖尿病、肥満症のお子さん達を多くみています。ここでは低身長で受診される場合の診察についてご紹介します。

低身長とは、同年齢のお子さんに比べて背が低い（100人中1、2番目くらいに低い）、または1年間の背の伸びが4㎝以下である場合と定義されます。

［成長把握］

まず成長曲線を作成して、これまでの成長の過程を客観的に把握します（図）。成長には食事、運動、睡眠、精神などの外的要因のほか、遺伝やホルモンなどの内的要因が関わっています。低身長だから必ずしも病気というわけではありませんが、低身長を引き起こすような病気もまれに存在するため、それらを見逃さないようにすることが大変重要です。

［診察・検査］

診察では、日常生活の確認と全身の身体診察を行い、必要に応じて骨年齢（手のレントゲン）や血液検査、尿検査を行います。人間の成熟過程では内的要因であるホルモンはダイナミックに変化していくため、年齢や症状に応じたホルモンの検査や解釈を行う必要があります。

病気の中には治療可能なものもあり、適切な時期に診断と治療を行うことが重要です。当院でも精密検査を行っていますので、成長曲線などを参考にご相談ください。

（図）小児科の受診が勧められる成長曲線のパターン

（例：男子）

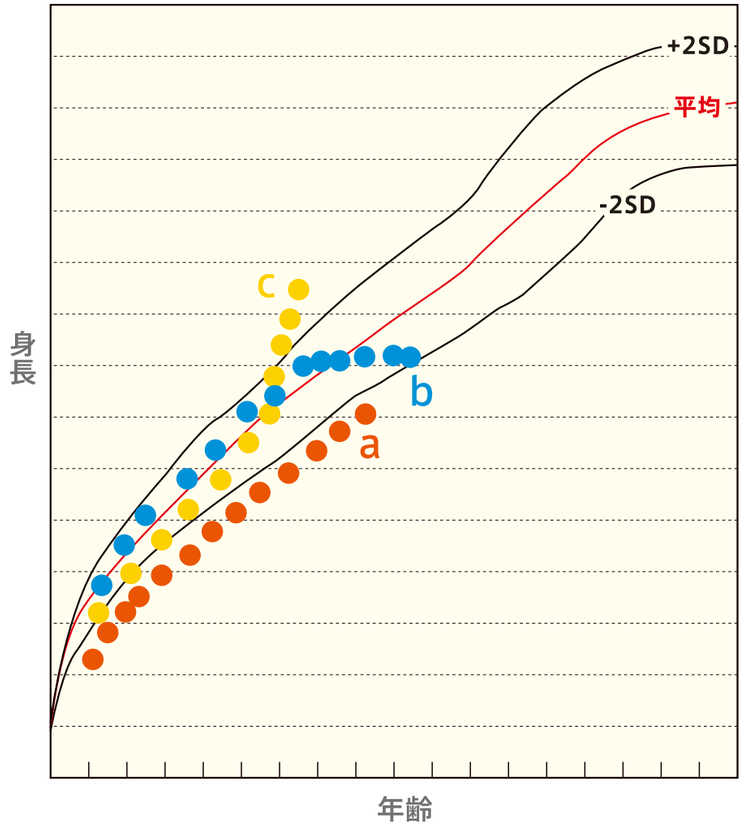
※成長曲線は肥満の増加などの影響を含まない2000年のデータで作成されたものを用いることになっていますので、2000年度版が最新となっています。

成長曲線（年齢と身長）をつけてみましょう。
+2SDと-2SDの間に約95%が入ります。
また通常は線にそって背がのびていきます。

以下に該当する場合は、受診をお考えください。

a:ずっと低めの場合
b:背の伸びが悪くなった場合
C:急に背が伸びた場合

成長曲線グラフは
日本小児内分泌学会ホームページ
などから印刷できます。



夜尿症（おねしょ）

睡眠中に無意識にオシッコをすることを、おねしょとも夜尿ともいいます。

それが「5歳以降で1か月に1回以上の夜尿を3か月以上持続する」と夜尿症と診断されます。頻度は小学校入学時点で約10人に1人と決して珍しいものではありません。夜尿症は本人の自尊心を低下させたり、家族もストレスを感じ生活の質を損ない得るものですが、いつどこに相談すればよいのか分からないという声をよく聞きます。

夜尿症（おねしょ）の原因

夜尿症の原因は一つでなく、主に下記の3つとなります。

① 夜間の尿量が多い

② 膀胱の大きさが小さい

③ 睡眠中に尿意を感じて目覚めることができない

［治療について］

成長とともに自然に治る傾向はありますが、現在はガイドラインで夜尿症の治療法が確立されているため、治療を受けることで早く治せる可能性があります。具体的には生活指導、薬物療法、アラーム療法が基本になり、それらを併用することもあります。夜尿症の中には腎臓や他の病気が隠れていることもあるため、医療機関を受診することが望ましいです。

治療は生活習慣を改めることで改善する場合もありますが、数か月以上の期間が必要になることも多く、家族が協力して治療を継続する必要があります。状態を把握し適切な治療を選択することが早期解決にとって重要です。夜尿で悩んでいるのであれば5～6歳頃を目安に一度ご相談ください。