

ほけんだより

令和5年1月発行
宜野湾保育所
看護師作成

バックナンバーはこちら



新しい1年がスタートしました。年末年始はいかがお過ごしでしたか？だんだんと冬の厳しい寒さとなり、体調管理にもよりいっそう気を付けなければいけませんね。冬は風邪やインフルエンザが注目されることが多いですが、忘れてはいけないのが皮膚トラブルです。まだあまり認知されていないかもしれませんが、**子供の湿疹を早期に治療することで食物アレルギーの発症を抑える可能性があります。**つまり、**湿疹を放置してしまうと食物アレルギー発症のリスクが高まります。**「正しいスキンケア」「アトピー性皮膚炎」についての詳しい内容はQRコードからでも参照できますので是非、参考にしてみてください。

様々な原因で見られる**赤ちゃんの湿疹**を総称して**乳児湿疹**と呼びます。皮脂の分泌が盛んなため、乳児脂漏性湿疹がおこります。よだれ、うんち、尿などの排泄物、おむつや洋服の摩擦などの様々な刺激により刺激性接触性皮膚炎がおこります。

どのような原因であっても**この時期の湿疹をそのまま放置することはおすすめできません。**自己判断せずに**早めに医療機関を受診**しましょう。

湿疹のみえ方はさまざま

がさがさ

フツフツ

かさかさ



いっけんするとザラザラしているだけに見える部分も、お風呂上がりや泣いたりすると、その部分が赤く浮きでくることがあります。実はこれも湿疹なのです。

あかい ざらざら



赤ちゃんの湿疹を放っておかないで

赤ちゃんの湿疹はそのうち治るだろうと放っておかずに、なるべく早くに積極的に治療しましょう。それにより食物アレルギーの発症を抑える可能性が報告されており、また湿疹を放っておくことでさまざまな影響があることがわかってきました。できてしまった湿疹は放っておかずに、**離乳食を始める前までに適切な強さのステロイド軟膏を使ってすみやかに治しましょう。**



赤ちゃんの湿疹は（特に生後4か月まで）**食物アレルギー発症の最大のリスク**

湿疹の治療を開始するまでの期間が長いほど**食物アレルギーの経皮感作が起こりやすい**

そうはかゆみと掻破（掻くこと）の悪循環は湿疹をさらに悪化させて**長期化させる**

湿疹が悪いままだと睡眠障害、疲れやすいなど**こころとからだの発達に影響する**

本人だけではなく**家族の負担も増えてQOL（生活の質）が低下する**



『経皮感作』という考え方

炎症が起きた皮膚から、食べ物などが体内に入り込むと、アレルギー性の細胞が活発になりIgE抗体がつくられる。



環境再生保全機構：乳幼児スキンケア、2020



引用：母子保健事業で取り組むアレルギー疾患の発症予防・重症化予防
発行：令和4年11月
発行者：NPO 法人アレルギーを考える母の会