



アレルギーっ子だより vol.4

アレルギー関連 これってどうなの？ よくある質問 Q&A

気管支喘息

Q 喘息の咳と風邪の咳の違いはなんですか？



喘息の咳が出やすいのは…
 ・夜から朝にかけての時間
 ・走った時、激しく遊んだとき
 ・天気が良くないとき
 ・季節の変わり目
 風邪の時は鼻水があり、1日中咳が出ていることが多いです。

Q 病院を急いで受診をする目安は？



自宅での咳の様子を
スマホで録音したり、動画をとり、
診察時に見せてください。

・眠れない、歩けない、話せない、食べれない
 ・ゼーゼーが聞こえ、咳込みが強い
 ・肋骨を動かしながら、呼吸をしている



喘息の有無に関わらず、
 このような症状がある時は病院を受
 診しましょう。
 耳をあてて背中の音を聞くと、
 ゼーゼーに気がつきやすくなります。

食物アレルギー

Q 食物負荷試験はした方がいいですか？



食物負荷試験を受けていただくことをお勧めします。
 血液検査の結果だけから、食べて良いかは判断できません。
 もし血液検査が陽性でも、負荷試験で2g以上の摂取が確認できると、
 食べながら治すことが出来ます。
 当院では食べられる量に応じてお菓子などの加工品を提案しています。

Q 卵アレルギー食べて治す治療をしていますが、なかなか食べません。
 良い方法はありますか？



味付けをしたり、加工をしたり、混ぜ込むことで楽しく食べられます。
 色々な食べ方を試してみませんか？
 意外な食べ方も、こども達は喜ぶかもしれません。

味付け系

- ・ケチャップ
- ・ドレッシング
- ・いろんな味の塩
- ・焼肉のたれ



ちょこっと加工

- ・チーズをのせてチン
- ・味付け煮卵
- ・凍らせてデザートに
チョコソースかけて



ゆで卵
嫌い！



混ぜ込む

- ・納豆にまぜて
- ・ヨーグルトにまぜて
- ・あんかけ
- ・チャーハン

塩かけて
みたい♡



after

アレルギー外来は、水曜日の午前中に小児科を受診してください