



ミルクアレルギーについて



母乳栄養は、乳児の感染リスク（RSウイルス感染、中耳炎、肺炎や腸炎）を低減し、小児の肥満や乳幼児突然死症候群の防止、さらには、赤ちゃんとお母さんとの間の愛着形成のためにも重要です。多くの先進国では、生後6か月までは母乳育児が推奨されており、日本でも可能な状況であれば継続することが望ましいです。一方、母乳育児を否定するものではありませんが、母乳が食物アレルギーやアトピー性皮膚炎のリスクを上げる可能性が報告されており、母乳とアレルギーの研究は近年注目されています。

食物アレルギーは、IgEという免疫グロブリンが関与していることが多いですが、新生児期から乳児期に嘔吐、下痢、下血や体重減少などの消化器症状を呈するものは、非IgE依存性で細胞性免疫という免疫が関与していることが多く、非IgE依存性食物蛋白誘発胃腸症といいます。しかし、この名称は複雑で、通常「新生児乳児消化管アレルギー」と呼ばれます。

新生児乳児消化管アレルギーの症状は様々で、厚生労働省の研究班による報告では、嘔吐58.4%、胆汁性嘔吐24.7%、血便51.7%、下痢27.0%、腹部膨満36.0%、体重増加不良24.7%、無呼吸発作4.5%、発熱5.6%、発疹10.1%です。さらに、体重増加不良や活気がないなど症状がわかりづらい症例が約20%存在するため、診断までに時間を要する場合があります。診断は、血液検査と負荷試験が有用で、血液検査は抗原特異的リンパ球刺激試験（ALST）という検査が診断に有用とされていますが、保険診療の適応外のため検査を行うハードルが高いのが現状です。

治療は、原因となっている蛋白を除去する必要があるため、アレルギー用の人工乳やエレンタールPという経腸成分栄養剤の使用を検討する必要があります。母乳もしくは人工乳のみ使用している赤ちゃんの場合は、アレルギー用の人工乳を使用する必要があります。しかし、母乳と人工乳を併用する混合栄養のお子さんの場合、母乳へのアレルギーがない場合もあり、母乳のみに切り替えることでアレルギー症状が改善することがあります。赤ちゃんが上手に飲めているのに嘔吐や下痢が多い、体重が増えない場合には、一度小児科医に相談してみてください。

新生児科 部長
国際認定ラクテーションコンサルタント
木村 献



マタニティレシピ

小麦粉の代わりに「おからパウダー」を使って作るので、**低糖質、高たんぱく質**で妊婦さんのおやつにぴったりの蒸しパンです。しかも大さじ、小さじだけで作るのではかりいらず。ぐるぐると材料を混ぜて、レンジでチンするだけで出来るので **とっても簡単**です♪



低糖質！ 高たんぱくな
『 おから蒸しパン 』

材料（中くらいのタッパー1個分）

- ・卵 1個
- ・砂糖 大さじ1
- ・オリーブオイル 大さじ1
- ・無調整豆乳 大さじ3
- ・おからパウダー 大さじ3
- ・ベーキングパウダー 小さじ1/2

栄養情報（1/4個分）	【1日の推奨量】
・エネルギー 93 kcal	
・たんぱく質 3.7 g	【50g】*1
・脂質 5.5 g	
・糖質 3.5 g	
・カルシウム 33 mg	【650mg】
・食物繊維 3.3 g	

*1 中期 +5g, 後期 +25g, 授乳期 +20g

作り方

1. ボウルに卵を割り入れ、砂糖を加えてよく混ぜる。オリーブオイル、無調整豆乳を加えてさらに混ぜる。おからパウダー、ベーキングパウダーを加えてよく混ぜる。
2. 1をタッパーに流し入れて、ラップをして600Wのレンジで3~4分加熱する。
3. ラップをしたまま3分ほど蒸らし、取り出して4等分に切って完成♪

お好みで、抹茶やココアパウダーを適量入れてみてもおいしいですよ！



【レシピ提供】栄養管理部

センター稼働状況

分娩数	49件	緊急帝王切開	8件
母体搬送	0件	NICU稼働率	75.0%
新生児搬送	2件	MFICU稼働率	92.8%

(令和4年6月)

『準備体操1,2,3!』



編集後記

記録的に短い梅雨が明け、夏がやってきました。朝早くから蝉の声を聴くとよりいっそう暑さを感じます。これから夏休みや帰省などで人の流れも多くなります。熱中症対策もしつつ、今一度、基本的な感染予防対策を徹底しましょう。
(K.F☆N.S☆Y.M☆K.H.)



周産期センター
キャラクター
マミー&メイ