



## ゆびしゃぶり、爪かみをするとアレルギーになりにくい？

子どもの爪噛みや指しゃぶりの癖は、親にとってはやめさせたい癖のひとつですね。なんと、その癖が、アレルギーにとって良いという研究結果が発表されました。

小学校に入っても、指しゃぶりや爪噛みをしている小児は、青年期にアレルギー反応を起こしにくく、さらに、その効果は成人になっても持続するとのこと。なぜ、指を常習的に口に入れることがアレルギーになりにくくなるのでしょうか。その機序には、以前もお話した、「衛生仮説」が関連しているとかんがえられます。この仮説は、幼少期に細菌などの微生物にさらされると、免疫系がアレルギー反応の方にシフトしにくくなり(Th1 優位)になるので、アレルギーの発症が抑えられるのではないかとという仮説です。

今回の研究は因果関係を裏づけるものではないのですが、他の因子(母乳育児、受動喫煙への曝露、ペットの同居、アレルギーの家族歴など)でこの結果を説明できるとは考えにくいとのこと。これまでの研究でも、託児所に通う、ペットを飼っている、農場で生活している、年上の兄弟と同居しているなどの条件により、小児のアレルギーや喘息のリスクが低減する傾向が認められています。

今回の研究では、出生時に登録されたニュージーランドの小児 1,000 人強を対象とし、成人まで追跡しました。親の申告によれば、31%が 5 歳から 11 歳までに「頻繁に」指しゃぶりが爪噛みをしており、そのような小児は 13 歳までにアレルギーの皮膚検査で陽性となる比率が 3 分の 1 低かったとのこと。32 歳の時点でもおなじ結果が認められました。

それ以外に、喘息または花粉症と診断されたことがあるかも調べましたが、指しゃぶりや爪噛みとの間には関連は認められませんでした。

このような結果が出ると、目くじらをたてて指しゃぶりをやめさせなくてもよさそうですね。子供は、神経質に育てない方がアレルギーになりにくいのかもかもしれません。しかし、指の治りにくい湿疹、歯並びには悪影響ですので注意が必要です。



Dr KUMIKO シリーズ フェイスパウダー

designed by sousou 新発売!

発売記念 20% off !!

2,800 円 → 2,240 円(税抜)

Dr KUMIKO 待望のフェイスパウダー発売

モイスチャー成分も入っており、しっとり透明感のあるお肌に魅せます

## 絵でみてわかる漢方② ~抑肝散加陳皮半夏~

顔面痙攣  
(顔の筋肉のピクつき)

不眠  
癩癩持ち  
神経過敏  
イライラ

胸脇苦満

煩躁  
(いらだち)

腹直筋緊張

動悸

臍周囲の動悸

イライラしているが、十分にストレスを発散できず、神経が高ぶる人に

適応例：小児の夜泣き、神経症、不眠症、チック、登校拒否症  
ノイローゼ、ヒステリー、脳血管障害等

これを飲むと気持ちが落ち着き、集中できると受験生の方々にも好評です  
このような状況・症状にあてはまる方は、診察の時にご相談ください