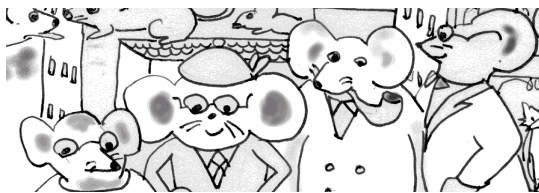


じんましん



■ じんましんは蚊にかまれたようにぷっくりとしたかゆい発疹です。お互いにつながって地図のように広がることもあります。ふつうは数時間で、遅くとも 48 時間以内に消えてゆきます。6 週間以上繰り返すときに慢性じんましんと言いますが、こどもでは少ないようです。

■ じんましんはアレルギー反応でおこります。アレルギーを起こす原因は多種多様です。じんましんが出たら、お母さんは名探偵になってあれこれ犯人を探してみましょ。

● 食べたもの？

えび、かに、さかな、いくら、卵、ピーナッツ、いちご、トマト、チョコ、くだもの、香辛料、薬、食品添加物。（

やまいもなどのあくの強いたべものでは、食べ物の中に含まれている成分のせいで、じんましんのような発疹がでることがあります。

● 触ったもの？

新しく買った洋服、ぬいぐるみ、公園の草や木、虫、果物の果汁、化粧品、シャンプーや石けん、塗り薬、ズック、パンツのゴム....

● お薬・注射？

抗生物質、解熱剤、抗アレルギー剤、予防接種、点滴、浣腸....

● 強い日差し？

● 冷たい外気？

● 冷たいプール？

● 熱いお風呂？

● かぜなどで体調の悪いとき？

● 下痢をしているときも出やすい？

■ ちょっと変わったコリン性じんましん

運動をしてたくさん汗をかいたり興奮したりしたときに、全身に出る細かな赤いつぶつぶです。

■ じんましんに似ている多形滲出性紅斑

盛り上がり少なくかゆみがありません。かぜなどのウイルスによるアレルギーで起こります。

じんましんの治療

■ じんましんを防ぐには、なにはともあれ、原因を見つけて、省くことです。でも、ほとんどの場合、犯人の見つからない迷宮入り事件です。

■ しつこく繰り返す慢性じんましんでは、血液検査や皮内テストなどで原因を探してみます。

じんましんの治療

● 軟膏：かゆみを和らげる抗ヒスタミン軟膏やオイラックスを塗ります。

● くすり：抗ヒスタミン剤や抗アレルギー剤を飲みます。とりあえず、じんましんを和らげるために、数日間には予防のために。慢性の時はのんびりと長期間飲みます。こどもでは、重症の時を省いて注射はしません。

● 食べ物：じんましんが出やすい食べ物をさける。

● おふろ：ぬるいシャワーにする。

● 洋服：汗をよく吸ういつもの洋服

● 紛らわしいくすりをやめる

● 激しい運動を避け、ゆっくり眠る。