

健康手帳

危険なじんましん

普段は食べても何ともない食べ物なのに、食べた後に運動をするとじんましんと共に呼吸困難を引き起こしたり、気分が悪くなったり、意識を失ったりすることがあります。これは食物依存性運動誘発性アナフィラキシー（FDEIA）と呼ばれるもので、運動によって原因となる食べ物の吸収が増加して起こるといわれています。「学校で給食を食べた後、昼休みにスポーツをしてじんましんが出た」というような場合はその疑いがあります。

原因となる食べ物は小麦、エビ、イカ、

心配な人はかかりつけ医などで受診してください。

カニ、ブドウ、木の実、そばなどが報告されています。運動の種類はランニング、サッカーなど激しい運動が多いものの、ウォーキングや掃除など軽い運動でも起きることがあります。

対策については、再発を予防することが特に大切です。まずは原因となる食べ物を食べないこと。さらに食事をした直後の運動を制限すること。そして、運動中に熱感や皮膚掻痒感、紅斑、じんましんが出たときはすぐに運動を中止すること。これらの症状が出た場合は早めに校医や近くの病院などで治療を受けてください。

前橋市医師会 五十嵐 直弥

		内 科				外 科		婦人科	耳鼻科	眼 科
休 日 当 番 医	8 日 日	北條内科 小児科医院 (内児) 駒形町 ☎266-6737	大野内科 クリニック (内) 樋越町 ☎284-9011	河内循環器 クリニック (内外) 昭和町三丁目 ☎233-3311	田中内科医院 (内) 古市町一丁目 ☎251-0254	高山整形外科医院 (整) 南町四丁目 ☎223-2235	高柳胃腸科外科 (外) 荻窪町 ☎269-8880	セントラルティース クリニック (産婦) 高崎市東町 ☎027-326-7711	清水耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市京目町 ☎027-353-4533	大西眼科 (眼) 高崎市中居町四丁目 ☎027-353-1303
	4 月 15 日 日	中田クリニック (内児) 箱田町 ☎251-1360	みやざき内科 クリニック (内) 元総社町 ☎212-5000	飯塚医院 (内) 荒口町 ☎268-5600	豊田内科医院 (内) 上小出町一丁目 ☎234-1223	狩野外科医院 (外内) 日吉町四丁目 ☎231-7025	滝沢整形外科医院 (整) 関根町 ☎232-6502	小澤医院 (産婦) 樋越町 ☎283-2009	橋爪耳鼻 咽喉科医院 (耳鼻) 本町一丁目 ☎221-2745	とくい眼科 (眼) 総社町総社 ☎290-1091
	22 日 日	富所こども・アレルギー クリニック (児) 川曲町 ☎252-1511	大塚内科医院 (内児) 三俣町一丁目 ☎231-2399	中野医院 (内) 新前橋町 ☎290-1388	深沢内科 クリニック (内) 堀越町 ☎283-0003	リハビリ整形外科 みなみクリニック (整) 川原町一丁目 ☎210-3737	けやきクリニック (外) 天川町 ☎263-1018	セキールティース クリニック (産婦) 高崎市栄町 ☎027-330-2200	つれいし 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市長小堀町 ☎027-343-2131	高山眼科駅前医院 (眼) 高崎市八島町 ☎027-327-3366
診療時間は午前9時～午後6時。市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。 アドレスは http://maebashi.gunma.med.or.jp/ 、携帯電話の場合は http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/ です。										
★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 ☎243-5111 午後8時～午前0時 内科と小児科										
★救急病院等案内 ☎221-0099										
歯 科										
日曜・祝日は歯科医師会休日診療所 岩神町二丁目19-9 ☎237-3685 午前10時～正午、午後1時～3時										
休 日 当 番	4月8日(日)=松井接骨院 (北代田町) ☎232-0238、真塩接骨院 (西片貝町三丁目) ☎223-1310									
	4月15日(日)=吉沢接骨院 (大渡町一丁目) ☎254-2113、わたなべ接骨院 (富士見町時沢) ☎288-9996									
	4月22日(日)=上泉接骨院 (上泉町) ☎231-2226、中嶋接骨院 (上小出町二丁目) ☎231-1643									
薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 ☎223-8400 午前9時～午後6時									