

すくすく

# たけのこキッズ 第2号



川崎こどもクリニック

〒597-0102 貝塚市木積656-7

電話：0724-21-2033

http://www.kawasaki-kc.jp

平成16年5月28日発行

## そろそろ夏カゼの季節

開院して半月が過ぎました。予防接種の予約が結構ありますが、病気で来られる方はそれほど多くはありません。季節的なこともあるようで、その分ゆっくりとした診療ができています。感染症はみずぼうそうがちらほらというところですが、そろそろ発疹・下痢を伴って高熱を呈する夏カゼがみられてきています。梅雨入りも夏カゼも今年は少し早そうです。

## 5月31日は世界禁煙デー

JTのCMをみますと、「健康を考えた低タール低ニコチンのタバコ」というような表現をしていますが、実は全くと言って良いほど意味がありません。と言うか逆に問題も指摘されています。従来、タバコによる肺ガンは肺の入り口に多かったのですが、低タール低ニコチンタバコの普及してきた時期より肺の奥の方に発生するガンが増えてきています。その理由として強いタバコから低タール低ニコチンタバコに変えると、吸入されるニコチン量が少ない分、喫煙間隔を短くしたり、煙を深く吸い込んだり（煙の粒子が肺の奥まで入り込む）、肺に長くとどめたりなどしてニコチンの吸入量が増すように喫煙行動を変化させたためと考えられています。また、タールが10分の1となってもそれ以外の発がん物質も10分の1まで減っているとは限りません。ニコチン吸収量を一定にしようと喫煙行動を変化させた結果、かえって発がん物質の吸入量が増加してしまうなどということがありうるのです。さらに問題なのは軽いタバコという印象によりタバコに対する抵抗感が減ることです。これは喫煙開始の低年齢化を助長する恐れもあります。社会への影響も考慮すると、むしろ低タール低ニコチンタバコの方が問題が大きいかもしれません。

WHOは5月31日を世界禁煙デーと定めています。小児科医の関わる禁煙運動としては

- ①子供を受動喫煙から守る
- ②子供を喫煙者にしない

などがあると思います。子供や妊婦さんを抱える家庭から喫煙者をなくしたいということから、今後は成人に対して禁煙補助剤なども交えた禁煙支援にも少しずつ取り組んでいくつもりでいます。



## 小児の肥満②—肥満の原因

前号では肥満の基準までお話ししました。今号では原因について考えてみましょう。肥満をきたすと言うことは体に入ってくるエネルギー量が消費されるエネルギー量より多いと言うことです。すなわち、肥満をきたす因子として

- ①過食（食べ過ぎ）
- ②摂食パターンの異常
- ③遺伝
- ④運動不足
- ⑤熱産生障害

の5つがあげられます。これらが複雑に絡み合って肥満が起こります。それぞれの微妙なバランスが肥満になるかどうかの分かれ目となっているのです。一日の食事時間が一定していないということも肥満の原因となりうるということです。



人間は先祖をたどっていくと、原始の時代にはいつ食料にありつけるかわからない生活をしていました。死なないためには、余分にとれた食料は体の維持のため脂肪として蓄える機能が必須だったのです。そういった過去を引きずったまま、十分に食料がある時代が来ました。それが現代なのです。

## 休日急患診療所出務

ご存じの方もおられると思いますが、開業する前よりコスモスシアター隣の貝塚市休日急患診療所に出務していました。今後も2ヶ月に1度くらいのペースで出務します。原則的に偶数月の第3日曜日に出務していますが、6月は学会出張の加減で第2日曜の13日出務します。

6月13日（日）午前10～12時、午後1～4時

## 休診のお知らせ

院内掲示や裏面の予定表にもありますように、6月19～20日に名古屋で開催される日本小児科医会セミナーで発表をするため19日土曜日の診察を休診と致します。発表の内容は、小児科医や看護師・事務職のネットワークによる子供の家庭内外での事故予防に対する取り組みについてです。

