

アトピーへの正しい視点 みんなで考える アトピー ジャーナル

JADPA



NPO法人日本アトピー協会

発行：NPO法人 日本アトピー協会 〒541-0045 大阪市中央区道修町1-1-7日精産業ビル4階 電話：06-6204-0002 FAX：06-6204-0052 Eメール：jadpa@wing.ocn.ne.jp ホームページ：http://www.nihonatomy.join-us.jp/

CONTENTS

- ◆ 「きれいきれい」ってホントに良いこと? ..... P1~P4  
「きれいきれい」の落とし穴その①~③
- ◆ 法人賛助企業様ご紹介 第20回 ..... P2
- ◆ 皮膚常在菌のお話 ..... P4
- ◆ 細菌についての基本的知識 ..... P4・P5
- ◆ ユニークな細菌 リケッチアをめぐるっての  
ドラマチックなお話「馬原アカリ医学研究所」 ..... P5
- ◆ ハーイ! アトピーづき合い40年の友実です ..... P6  
アナウンサー 関根友実さん・第14回)
- ◆ ATOPIC WHO'S WHO ..... P6  
(イリヤ・イリイチ・メチニコフ)
- ◆ ドクターインタビュー ..... P7~P8  
加藤皮膚科 加藤 順子先生
- ◆ ATOPICS 第24回日本外来小児学会年次集会上に展示参加  
東北支援関連情報・ブックレビューほか ..... P8

### 「きれいきれい」ってホントに良いこと?

ワールドカップ世界大会で試合後にジャパンサポーターが見せたお掃除パフォーマンスは世界中から注目を集め、絶賛されています。これは今に始まったことでなく前大会でも前々大会でも行われていたそうで「きれいきれい」ってことは素晴らしいこと、きれいにすることのマナー向上は人とかかわりを円滑にします。さて視点は少し違いますが私たちは日常生活の中でも知らず知らずのうちに「きれいきれい」を実行して、それが若干、度が過ぎて「病的」になっている感があります。俗に名付けて「きれいきれい症候群」もちろん診療報酬一覧には記載されていませんが世間には抗菌・制菌・防菌・防虫などと銘うった「きれいきれい」づくりの商品が氾濫。「そこまできれいにしなければいけないの」って考えさせられる商品もあって、きれいきれいコマースは花盛り。そこで食中毒が多発する季節ではあるのですが度の過ぎたきれいきれい症候群についてちょっと立ち止まって考えてみましょう。その手始めに「きれいきれい」に疑問を投げかけた衛生仮説を取り上げてみました。

#### 「きれいきれい」の落とし穴 その①

◎ 衛生仮説はFACTかFICTIONか  
お腹に真田虫や回虫などの寄生虫を「飼う」ことでアトピーにならないと云うショッキングな説を某先生が発表され衛生仮説なる考え方が浮上してきました。マスコミ受けする荒唐無稽な説はその後、現象面の話題の面白さだけで一人歩きをし、わが国では疫学的な追認に迫力が欠けるようで、系統的な追認はされていません。しかしこの寄生虫論より四半世紀も以前の衛生仮説がマスコミにより広がりNHKが特集番組を組んでからは患者さんからは期待の眼差しで捉えられています。それでは衛生仮説って如何なるものなのか?

「真実」なのか「フィクション」なのか、例によって資料漁りをしました。

#### ◎ 衛生仮説発表から四半世紀、サンプルの新生児は60歳になりました。それで…いまも仮説のまま棚上げ?

衛生仮説が1989年、英国のデイビッド・P・ストラックハンによって発表されてから四半世紀が経過しました。その間、多くの追認論文が出ましたが、肯定も否定もされず未だにグレイの状態では出ていません。わが国の関連学会ではやや冷ややかな扱いのようで、これはわが国の畜産が限られた地域に依存するためでしょうか。衛生仮説の基本的な論旨は成長期に畜産等、つねに身近に動物がいて糞尿などの不衛生な環境に影響される事が多いとアレルギー疾患の罹患率が少ないと云うことで、論文では具体的な病名としてアトピー性疾患の一つ「ヘイ・フィーバー」を挙げています。論文は聞きとり調査によるもので1953年3月のある週に生まれた17,000人ばかりの新生児を11歳時点と23歳時点でのアレルギー疾患の有無を追跡確認したもので、多数の特定固有患者を長期間にわたって観察する「コホート調査」ではないようです。また1953年と云えば昭和28年、エリザベス女王が戴冠した年、調査対象の新生児たちはいま60歳前後になっている筈。アトピーって病名はその頃、ありましたかなあ。もちろん誕生時点から調査を開始したものではないのですが、すごく古い仮説ですね。それ以後、大掛かりなコホート調査が行われていないと云うことは、やっても意味がないのか、お金がないのか、モチベーションが湧かないのか、いろいろあるのでしょうか、患者サイドとしてはすごく説得力があって衛生仮説は魅力的です。

#### ◎ 黄ブ菌のエンドトキシンが関与しているのではと云う説。

フィンランドやドイツ、オーストリアなどでの別の調査では農場で子ども時代を過ごすアレルギー性疾患にかかる割合が少ないとされ、これは不衛生な環境で過ごすより不衛生な環境による細菌感染症が関与しているのではないかと説明されています。細菌性感

### 患者さんからのご相談はいつでもお受けします。

症状がいっこうに改善されず長びく治療にイライラが募り先行きを悲観…ちょっと待った! 全国約450万人の方があなたと同じ悩みをかかえています。ここはみんなで「連帯」し、ささえあいましょ。日本アトピー協会をそのコア=核としてご利用ください。

電話：06-6204-0002 FAX：06-6204-0052  
メール：jadpa@wing.ocn.ne.jp  
お手紙は表紙タイトルの住所まで、なおご相談は出来るだけ文面にお願いします。電話の場合はあらかじめ要点をメモにして手みじかをお願いします。(ご相談は無料です。)

◆ 協会は法人企業各社のご賛助で運営しております。 ◆ 患者さんやそのご家族からのご相談は全て無料で行っております。

感染症は主にグラム陽性菌によるもので、黄色ブドウ球菌に代表されます。そのグラム陽性菌は崩壊時、つまり死に際にエンドトキシンと云う一種の毒素を放出し、このエンドトキシンはTh1サイトカインを誘導するとされ、これによってTh1が優勢となりアレルギーになりにくい体質になると推測されます。ストラックハンの統計的手法の調査を疫学的に補完するものとして、魅力的なレポートです。

◎ 衛生仮説との整合性はどうか？  
臍帯血の研究で分かったこと。

臍帯血は新生児出産時の血液環境をタイムカプセルにしたようなもの。これを分析することによって出産直後の新生児の状況が判断できます。新生児はTh2優位の状態で生まれてきて、これは母体の保護が無くなった直後には間をおかず外界からの異物侵入に対応しなければならぬため、アトピー素因のない新生児はやがて本来のTh1優位に移行するとされています。ところがアトピー素因を濃厚に有する新生児はTh2優位を維持したまま成長し、その過程でさまざまな抗原に遭遇し特異IgEをつくることになり、これがアトピー性皮膚炎発症の仕組みの一つとされています。初めに「アトピーありき」のアトピー初原説も理解できるような理屈です。この辺は先生方の領域ですが患者サイドとしても知識の一つとして頭の片隅にインプットしておきたいもの。

◎ 最近話題のフィラグリン脆弱説。

フィラグリンが強靱でないので皮膚を通してさまざまなアレルゲンが侵入すると云う説。

腸管侵入説とともに皮膚侵入のメカニズムは多くの著名な先生方の支持を得ています。そのフィラグリン説がここ5年ほど前から急浮上しマスコミ紙面を賑わしフィラグリンさえしっかり構築されていればアトピーを文字通り跳ね返すと云うことです。それでは皮膚に常在する黄ブ菌の働きはどうなるのでしょうか。黄ブ菌は「日和見主義」ですから体が健全な時は皮膚を守ってはくる「善玉」ですが、形勢不利となると「悪玉」になり皮膚上で悪さをして繁殖。そして白血球と戦って敗れ、その死に際にエンドトキシンという物質を放出、これがTh1を誘導しアレルギーを抑制するのでは…と考えるのは素人の浅はかさでしょうか？皮膚常在菌はしっかりと皮膚を守ってくれています。それで、死んでもエンドトキシンを出してくれてTh1を誘い出してくれるのです。やっぱり黄ブ菌は味かたに付けなければいけないのです。「きれいきれい」はほどほどにと云うのもうなづけるような気がします。この考えは間違っているのでしょうか、先生方、どなたかご教示

ください。

◎ 衛生仮説は信じたいけど…、でも決定的なエビデンスがないと云う、そんな結論で如何でしょうか？

25年間棚上げとなっている衛生仮説は、一部肯定、一部不明と云ったところでしょうか。決定的な否定のエビデンスが出てこないのが悩ましいですね。少し前、研究対象がヘイ・フィーバー（枯れ草熱）なのでアメリカ耳鼻咽喉学会でもエビデンスを検証しているようですが有効な論拠には至っていないということで、ここでもグレイというか…玉虫色の結論。

デイビッド・P・ストラックハンが最初に発表した衛生仮説は聞き取り調査であり、いわば「状況証拠」を積み重ねて犯人を割り出す手法。医学分野では生命にかかわるだけにこの方法ではなく「疫学的」なエビデンス=物的証拠を得なければなりません。疫学的な研究では今のところAもあるけどBもCもあると云う状況、追認すればするほどDも出てきたEもFも犯人らしいと云う迷路に入り込むのでしょうか。衛生仮説はとても魅力的です。医療関係者でなくても理屈は理解できます。だからと云ってアトピーを治したい一心で、北海道の牧場に就職してことには、まだまだ至らないようです。

「きれいきれい」の落とし穴 その2

◎ 抗菌グッズは細菌から身を守ってくれますか？

クッキーを畳の上に落としました。あなたは平気で口に入れるタイプでしょうか、一度落としたものは絶対に口にしないタイプでしょうか。多くのお父さんお爺ちゃんは「何と、もったいない…」って平気で口に入れるでしょうね。お母さんは子供さんの前では絶対に口にしないでしょうし子供さんが口に入れようものなら指を入れてでも吐き出させるでしょうね。ところで畳の上にクッキーを落としたとして細菌はどれほど付着するのでしょうか。こんなことは誰も調査していないでしょうからずいぶん以前に琉球衛生研究所の大城孝善先生がシャーレに落下する菌を調べたレポートを参考にしました。調査場所は不特定多数が入り出す銀行やレストラン、郵便局などで菌の種類はおおむねブドウ球菌、レンサ球菌、桿菌で最大数が銀行で322個、レストランはやはり掃除が行き届いているのか14個、平均的には80個と云うことでしょうか。一般家庭なら畳の上の細菌数はこれより少なくシャーレの大きさ（直径10センチ程度）では10個内外と考えられます。クッキーは比較的水分が少ないので畳の上に落としたとしても1個付着するかどうか…と思います。バナナを落としたらまあ5個でしょう

法人賛助企業様ご紹介 第20回

(敬称略)

協会は多くの法人賛助会員さまの年会費によって会務を行っており、本紙面を通じまして日頃お世話になっている法人様を順次ご紹介しております。関係各位にはコメントをお願いしておりますので是非アトピーの患者さんへのひとことをお願いいたします。

ユニベール株式会社

平成18年(2006年)ご入会

- ◆ 所在地 〒920-0211 石川県金沢市湊1-15-2
- ◆ 電話 076-237-2911
- ◆ 業種 カーテン・インテリア関連商品の企画・製造・販売および施設への施工
- ◆ アトピー関連商品  
アレルバスター加工カーテン
- ◆ アトピー患者さんへのひと言  
お洋服のように季節ごとに、また気分転換でカーテンを取り換え、心地よい室内空間につくりかえることができるとても楽しいですね。そのうえアレルギー対策が施され安心安全であれば、前向きな積極的な指向となり症状の緩和にもお役立つのではないかと願っております。

株式会社 ユーホーニイタカ

平成19年(2007年)ご入会

- ◆ 所在地 〒136-0075 東京都江東区新砂1-6-35号  
イーストスクエア東京
- ◆ 電話 03-5633-2520
- ◆ 業種  
業務用の洗浄剤、医薬部外品等の手洗いせっけん水から、家庭用の洗浄剤までの製造販売
- ◆ アトピー関連商品  
薬用ピュアソープピュアボディソープ・洗剤
- ◆ アトピー患者さんへのひと言  
皆さまの日々のご苦労、ご心痛は察するに余りありますが、病気もめげずお過ごしくさせていただきます事、またメーカーとして少しでもお役に立つ良い商品を作り貢献できますよう精進いたします。

か。この程度なら血液中に入ることはずいぶん少ないからマクロファージはアクビをしますね。なお赤痢菌、コレラ菌、結核菌などの恐ろしい病原性微生物は血液中でしか生存できず空気中や床上での生存は出来ませんのでご安心ください。

◎ 抗菌処理と殺菌・滅菌はまったく意味が違います。  
過大な期待は失望につながるのでは…

広告の世界で教えられたのですが「水に浮くことと、水に浮いて人を乗せてアメリカまで行くこと」とは大変な違い、でも人は「水に浮く」と聞いただけで拡大解釈して「アメリカまで行けるんだ」と期待します。多かれ少なかれコマーシャルはこのレトリック（修辞法）のうえに成り立っています。抗菌グッズが氾濫していますが、抗菌とは、たとえばクッションに抗菌加工がしてあって、クッションから見れば「私は抗菌ですよ、でも抗菌の私に座ってもあなたに抗菌効果が作用するものではないですよ、まして菌を殺すことなんて私には出来ない相談」ってことになりますね。別の捉え方をすれば、抗菌タオルと云うものがある、これでお顔を拭けば顔に付着している「バイキン」が直ちに排除され菌を寄せ付けないうと云う訳ではありません。主体はあくまでもタオル、菌を寄せ付けないのはタオルであって顔の菌には関係ないこと。このように消費者の善意の誤解のうえに抗菌グッズが成り立っていることもたくさん見かけます。抗菌加工は一見きれいきれい風ですが、強力な薬剤が使われることもあります。バイキンこわさにパッド・チョイスをしているってことは避けたいですね。

◎ 細菌との常なるせめぎ合いで免疫力が高まり  
人類は強くなりました。

有史以来、人は病原性微生物との戦いに明け暮れ多くの人々が病に倒れました。天然痘、ペスト、コレラ、マラリア、結核など数えあげればきりがありません。ペストの脅威がルネサンス運動のきっかけになり、またアラビア科学が西欧にもたらされました。天然痘の猛威から免疫の考えが生まれました。今はもうほとんど撲滅されましたが菌はまだしぶとく生き残っています。細菌との常なるせめぎ合いが免疫力を高めてきた人類史の中で、細菌を隔離する考えは、ある面ではとても自然の摂理に反することで、隔離したり排除することは免疫力を弱めることになり、病原性微生物でもない普通の細菌にも容易に侵される体質を作るのではないかと思います。

◎ 細菌や昆虫などは寿命が短く世代交代が速やか、  
何かで懲らしめれば、それに直ぐに対応し  
新しい耐性機能を獲得します。

メチシリン耐性菌やバンコマイシン耐性菌ってコトバを聞いたことがありますね。抗生物質に懲らしめられた菌がそれに対抗する能力をもって抗生物質が効かなくなり、さらに別の抗生物質を使うと、それにも耐える能力をもつという「いたちごっこ」状態。これは抗生物質だけでなく抗菌剤でも同じ、また抗生物質はピンポイントで細菌に作用し人の細胞などには、一応は安全ですが抗菌剤をはじめ殺菌剤などは菌や虫に効くけれども人にも何らかの悪影響があって要注意。きれい=安全と云う図式にはならないケースもあって「やらない方が安全」なことにもなります。

◎ 有能な皮膚常在菌を排除するのは  
愚かなことではないでしょうか。

私たちの健康は細菌との共存共栄で成り立っています。大腸のマイクロフローラ=腸内細菌叢には百兆ばかりの細菌が棲みついています。重量で約1キロ。ウエルシュ菌と云う大腸菌と乳酸菌がバランスを保ちながら排泄物の処理をしています。例えばこれらの細菌叢が抗生物質の飲み過ぎでバランスが崩れると大腸菌が病原性となり、いわゆる悪玉菌となって作用します。抗生物質を飲み過ぎることでウエルシュが減ると云う事もあります、多くは善玉の乳酸菌がダメージを受けウエルシュ菌が卓越するからです。腸内だけでなく皮膚にも皮膚常在菌がいて異物侵入を見張っています。皮膚は人体防衛の最前線でここが弱いと外敵に侵入を容易に許してしまいます。いわばゴールキーパーですね。だから皮膚常在菌はとても有益な存

在、これを必要以上に石けんを使ったりタオルでゴシゴシこすって排除するとゴールキーパーが不在の状態となりシュートのされ放題、大変なことになりますね。泥まみれや油で汚れた時は別ですが、普通の状態では必要以上に石けんなどを使わない方が良いというのが大多数の医師の見解。一部のネットを賑わしているCMのように石けんやアトピーが改善されたというのは空想でしょうね。ご用心ご用心。

「きれいきれい」の落とし穴 その③

◎ お世話にならないに越したことはない、  
抗菌・制菌・防虫グッズ。

抗菌・防カビ製品に使われる抗菌剤などの法的な表示義務は現在のところありません。以下市販されている抗菌・制菌・防虫グッズなどで主な成分が判明している一部を紹介します。なお健康にかかわる商品ですので成分表示の法的な明文化を患者団体が連携し関係官庁に促したいと願っています。

抗菌・制菌・防虫グッズ	主な成分
◆ 逆性せっけん	塩化ベンザルコニウム 急性毒性あり クロルヘキシジン(消毒薬) 強い急性毒性
◆ 薬用ボディソープ	トリクロサン 皮膚刺激性大、常在菌への影響が強い、タオルに固着してのちの廃棄焼却はダイオキシンが発生。
◆ カビ〇ラー	次亜塩素酸ナトリウム 塩素ガス発生への恐れあり
◆ 抗菌歯ブラシ	クロルヘキシジン(消毒薬) 強い急性毒性 酸化亜鉛
◆ 抗菌防臭加工タオル	第四級アンモニウム塩
◆ 抗菌プラスチック製品	チアベンダゾール かんきつ類使用の防かび剤で 催奇性あり
◆ 防かびビニール手袋	塩化ベンザルコニウムなど 抗菌剤による手荒れ
◆ 抗菌加工せんい	ビスフェノールA類似物(環境ホルモン) 催奇性
◆ 抗菌筆記具 (ボールペンのゴム部分)	銀リン酸ジルコニウム 安全性は高いというがラテックス アレルギー対応ではない。
◆ 防虫燻蒸剤	ペルメトリン(農薬としても使用)
◆ 防虫スプレー剤	レスメトリン(除虫菊成分ピレスロイド) 神経毒
◆ 渦巻き型蚊取り線香	アレスリン(除虫菊成分ピレスロイド) 神経毒
◆ 無臭電気蚊取りマット	ブラメトリン(除虫菊成分ピレスロイド) 急性毒性
◆ 無臭防虫剤	エムペントリン (除虫菊成分ピレスロイド) 劇物

防虫殺虫に使用されている薬剤は除虫菊成分を化学合成したピレスロイド系薬剤で神経に作用する劇薬指定も含まれ、これらを含む防虫殺虫製品を乳幼児のいるお部屋などで使用することは控えた

方が無難と思われま

す。なお上記の成分は商品に明記されているものの一部で、一つの商品には数十種類の薬剤が配合されている場合もあります。

協会ではアトピーの方に有益であると思われる商品について配合内容をデータシート等で確認、検討できる限り安心安全が担保されているもののみを推薦品としております。

### ◎「きれいきれい」がほんとに必要なのは 医療・介護現場と食品や薬品の製造現場、一般のご家庭ではほどほどに。

病院や診療所、介護施設ではとても厳しい衛生環境が法律で求められています。また医薬品や加工食品の製造現場などでは国際基

準の衛生管理、衛生環境でなければ製品の輸出が出来ないことになっていて、徹底的な微生物コントロールが実施され、その管理基準を「ハセップ=HACCP」といいます。これはアメリカの航空宇宙局(NASA)が宇宙ステーションで食中毒が起こると大変なので、宇宙食をつくる生産現場に厳しい衛生管理を求めたのがはじまりで、これを手本に世界基準としてつくられたもの。さらに菌などを扱う施設では危険度によって「バイオハザード」を宣言し出入りを厳しくし、菌が絶対に外部に漏れないようにする管理基準がつけられています。なお「バイオハザード」宣言と「パンデミック」宣言は別々のもので、バイオハザードは施設の安全管理基準、パンデミックは鳥インフルエンザや特定法定伝染病の蔓延などの兆しがあれば内閣府から非常事態宣言が発せられ市民生活が大きく制限されます。

## 皮膚常在菌のお話

### 皮膚常在菌にも「縄張り」があります。

ヒトの皮膚には常在菌という「バイキン」がうようよいることは解っています。多くは長年にわたる研究から表皮ブドウ球菌(スタヒロコッカス・エピデルミディス)をはじめ約50種の細菌がヒトの皮膚に見つかっていますが、検出できないものがさらに多く存在することが判明。アメリカの研究では前腕で何んと200種を超える細菌を確認したという。食べ物やそれに由来する分泌物の違いもありますが私たちが同じ程度の常在菌がいるようです。幾つかの常在菌は季節や体調によって入れ替わることがあると云うことで、細菌種の75%がひとりひとりに特有の「個人的な皮膚常在菌」であることが解ってきました。このことは皮膚が「高度に多様化している」ことを示し、今後、法医学の面でも活用されDNA鑑定より簡単に皮膚常在菌を特定するこ

とで個人を割り出し犯罪者の誤認防止に役立つかも知れません。

### 皮膚常在菌で「個人識別」ができるそうです。

ところで別の調査では常在菌にはそれぞれ好む部位があって「おへそ」には何とか菌、腋の下には別の何とか菌、といった具合に棲み分けしています。この皮膚常在菌がそれぞれの「なわばり」に陣取っていて感染性の細菌が侵入してきた場合は防衛機能を発揮し病原菌を撃退しますが、逆に皮膚に傷を受けたり、注射針を刺したりカテーテル挿入の際には常在菌が血液内に入って感染症を引き起こすケースもあるということです。いずれにしても皮膚表面は菌たちによって微妙にコントロールされています。抗菌グッズの存在理由が薄れるような巧妙でガッチリとした皮膚の防御システムが完成されているようです。

## 細菌についての基本的知識

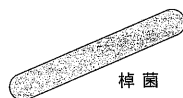
### 球形・ソーセージ形・さお形・らせん形

—— 見た目で見分けられている細菌の種類 ——

細菌と称されていますが医学では病原微生物と呼ばれるのが普通です。その幾つかをここで紹介します。細菌を初めて見たのは顕微鏡の発明者レーウエンフックで17世紀後半のことでした。自製の顕微鏡で身近なモノを手当たり次第のぞいているうちにアメーバやミドリムシなどの微生物にまじって、もっと微小な生物らしものがあることまでは確認していました。50年ほど経って別の学者がこれらの極小微生物が杖のような細長い形をしていることからギリシャ語で杖を意味するバクテリウムと名付けました。一般的にバクテリアは細菌類をひとまとめにして呼ばれますが杖状の細菌は現在では「桿菌」に分類されています。そしてさらなる観察と研究を続けるうちに球状もあり、らせん状もあらることが判り、おおむね細菌はこの三つに分類されるようになりました。形によって働きが左右されますので知っておくと何かと役に立つと思います。

### 桿菌 バチルス(BACILLUS)

米俵形から竹竿形まで棒状の形はさまざま、大腸菌は米俵形、結核菌はソーセージ形、ひとときバイオ・テロ事件で話題となった炭ソ菌は竹竿形、コレラ菌は勾玉=まがたま形でコマ記号を立体化したような形、それぞれが0.3から10ミクロンほどの微小生物、細胞核を有しています。病原性微生物の多くがバチルスといわれるほど感染性の強い「バイキン」です。

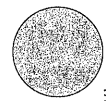


桿菌

### 球菌 コッカス(COCCUS)

寄って集って人を病気で倒すからコッカスって冗談ですが、球菌は単独で存在することもあります。ブドウの房状となるブドウ球菌=スタヒロコッカスと首飾り状につながる連鎖球菌=ス

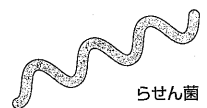
トレプトコッカス、ふたつペアでくっ付いた双球菌=ディプロコッカスが代表的です。球菌の外側はとても接着性の高いタイコ膜でつくられているため、群がったり、他の組織にくっ付くことができます。ブドウ球菌は黄色ブドウ球菌が知られていますが病原性となると肺炎菌になります。また別に連鎖球菌も肺炎菌になります。ストレプトマイシンと云う抗生物質があって髄膜炎や心内膜炎をおこす連鎖球菌に効果があるとされていますが菌の名前に由来しています。



球菌

### らせん菌 スピロヘータ(SPIROCHAETE)またはヘリコバクター

らせんのひねり回数が多い菌はスパイラルを語源とするスピロヘータで梅毒菌、ライム病菌で全長250ミクロンと云う大形の細菌、コルクの栓抜きのように回転しながら他の組織に食い入ります。またらせん菌のうちでひねり回数が2回程度のものがヘリコバクターで胃潰瘍の原因ともなるピロリ菌が代表。このヘリコバクターも胃壁に取りつきやすい形状と云われています。

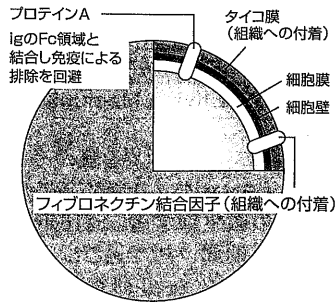


らせん菌

この三つに分けられない細菌も多くありますが専門的になりますので省きます。こうして見ると何か恐ろしそうな細菌類が、ちょっとは親しみがわくように思えてきませんか。名前も形を連想させますね。なお細菌には必ず固有名詞が付いています。もし読者のどなたかが新しい菌を見つけたら慣例的にこの三種類のどれかにあたる菌名と発見者の名前が付けられます。ここでは関係ないのですが、EM菌と云う菌は同定されていません。「雑菌」の云い換えて、その雑菌にも必ず名前が付いています。もちろん菌には未発見のものがたくさんある筈で、今後も新しい菌がどんどん増えることと思われます。

巧妙な仕組みの黄ブ菌

黄ブ菌=黄色ブドウ球菌は球状の菌がブドウの房のような集合体で存在することでブドウ球菌と呼ばれます。球菌はいちばん外側をタイコ層という強靱な膜で覆われていますが、この膜は接着性に優れ他の物体とも容易にくっつきます。仲間同士ならブドウの房のようにくっつき、血液などでは血小板に取りつきます。タイコ層のところどころに特異タンパクの突起があって抗体の持つ力を抑えて黄ブ菌自体が免疫システムに排除されない物質を出したり、また血小板を凝固させて黄ブ菌自身の繁殖場所を確保したり、さらには白血球を攻撃する酵素を出すなど巧妙な仕掛けがいっぱい隠されています。このように自己保存に徹した機能とともに、細胞外に放出する「外毒素」機能も持っていて、普段はおとなしく皮膚常在菌として皮膚表面を守ってくれますが、体力が弱ったり何かの拍子に血液中に入ったりするとエンテロトキシンという毒素を放出して食中毒などを引き起こします。過度な掻きむしりで黄ブ菌が繁殖し、ジクジクとなったときは注意が必要。またエンテロトキシンによりショック症状になったり黄ブ菌を原因とするSSSS(フォーエス)



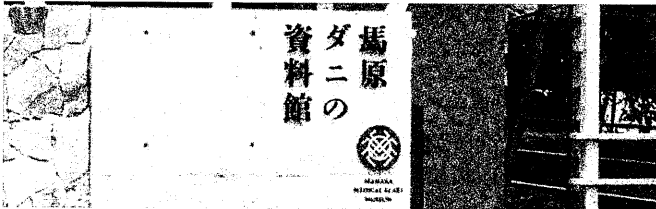
と云う皮膚潰瘍もあって黄ブ菌は皮膚常在菌ですがバランスが崩れるとちょっと厄介なことになります。過度の「きれいきれい」の注意すべきポイントです。

結語に替えて

過度のきれいきれいは逆効果になることもありますが…  
 これからは食中毒や化膿に要注意ですね  
 皮膚常在菌が他の細菌の侵入を防いでくれているとはいっても、手は常にさまざまなモノに触れていて頻繁に細菌が附着しています。常在菌では防ぎきれないこともあって手洗いは必要。特に指先は菌種の違う大腸菌をはじめ感染性の細菌に触れる機会が多く、また暑い季節となってO-157が再度流行の兆し、食中毒が多発する季節ですので入念な手洗いを勧めます。またちょっとした引っ掻き傷でも暑い季節は化膿が心配、感染性の菌にでも接触すれば大変なことになりますね。やはり適度に清潔さを保つことは必要です。ただ何度も述べていますが「抗菌グッズ」はグッズ自体が抗菌であって殺菌とか滅菌といったアクションに期待することはできません。あくまでも「受け身=パッシブ」な役割しかできません。殺菌・滅菌になると法律上は薬品になりますから。また殺虫剤もアレルギーに良くないものもあることを認識しその辺をご理解の上、利用できるものは大いに利用し暑い季節を乗り切ってください。

ユニークな細菌 リケッチア をめぐってのドラマチックなお話

日本で唯一 ダニ専門研究機関「馬原アカリ医学研究所」



★ アカリとはダニのこと ★

ダニ専門と自称する研究所が多い中で、由緒ある二つのダニ研究機関が合流し、このほど…といっても昨年ですが徳島県阿南市に「馬原アカリ医学研究所」が設立されました。アカリ=Acariとはラテン語でダニのこと。同研究所の馬原文彦先生はダニが媒介する新しいリケッチア症=日本紅斑熱研究の第一人者で、1987(昭和62)年に日本感染症学会にて日本紅斑熱と命名、ダニ研究の歴史は古く造詣が深い。

★ ダニ媒介による野兎病 ★

その南国の馬原先生のところに北国福島市からお嫁さんを迎えたような形で1973(昭和48)年設立の大原研究所が合流。日本で唯一のダニ専門の研究施設「馬原アカリ医学研究所」として新しく発足したのです。大原研究所の藤田博己先生は野兎病の第一人者で日本紅斑熱と同様、ダニ媒介のリケッチア病。野兎病は「ツラレミア」としてアメリカで発見されるはるか前の江戸時代に文献に記されていて、藤田先生の師であり大原研究所の設立者、大原八郎博士はそれに気づいて研究を進め、1925(大正14)年に菌の同定にまでたどり着きましたが、当時の学会ではスピロヘータカウイルスと云う説が強く支持されていて、アメリカでもまだ菌の同定には至っていませんでした。異端視された大原博士は屈辱を晴らそうと夫人を実験台にして菌に感染させ、野兎病がダニ媒介のリケッチアによる感染症であることを突き止め菌分離の共同研究者である海軍軍医芳賀竹四郎博士と論文発表、同時に野兎病と命名されました。

★ ダニ媒介による日本紅斑熱 ★

話は前後しますが、馬原先生も「赤ひげ先生」として地域に密着し

た診療活動が続いているうちに「山でダニに刺されてから高熱と発疹が出た」という同じ症状を訴える複数の患者さんに遭遇、「ツツガ虫病」とは少し違うようだ、農村生活を深く理解しているだけに直感的に感じ、関係機関と協議したが結論が出ずより専門的に検討を重ね血清学的手法で検索を進めた結果、それまで日本に存在しないとされていた「紅斑熱群リケッチア症」であることが突き止められました。その後、正式な疾病名として日本紅斑熱と命名され1999年に感染症法で第4種届出感染症に指定され治療薬での保険診療も受けられるようになりました。

★ リケッチアとは ★

細菌の中では一風変わっていて桿菌類の仲間ですがウイルスと同じように細胞内でしか繁殖できず、細胞外空間では非活性。主に節足動物、とくにダニの体内細胞で活発に繁殖、したがってリケッチア症はほとんどがダニ媒介によるものとなっています。大昔からある「ツツガムシ病」は良く知られています。第二次大戦後世界中に蔓延し何十万人もの犠牲者の出た発疹チフスもリケッチア症、ダニではないですがシラミが媒介し、この撲滅のためにDDTが開発されたのは有名ですね。なおリケッチアとの名称はこれを病原菌とする発疹チフスの研究途上で発病し命を落としたハワード・テイラー・リケッチス博士に因んだもの、医学は患者さんだけでなく多くの医師の自己犠牲の上にも成り立っているのです。

★ ダニは怖いけど有益でもあるのです ★

アトピーの方にとってダニと云えばヤケヒョウヒダニまたはコナヒョウヒダニですが、ダニは人類出現よりはるか以前より地球環境の中で様々な役割を担ってきました。地球上に約2万種いるとされるダニ類は多くは人とは無関係に独自の生存スタイルで生息していますが、ときたま人とダニの生活圏が交差するとお互いに影響し合いマイナスに働くと感染症などを媒介、プラスに働くと生分解機能による環境浄化や発酵を手助けしてチーズをはじめ有益な物質の産生に貢献します。大きなものは1センチ以上にもなるマダニ、ほとんどは1ミリ以下でホコリダニは0.1ミリで黒い紙の上などに置くとようやく確認できますが。普通では肉眼では識別ができません。この微小な生き物をめぐってさまざまなドラマを紹介しました。思いついたように自社製品を売るための「にわか仕立て」のダニ研究所もある中で、長年にわたって地道な研究を続けているダニ研究機関のあることを、ぜひ知っておいてください。

# ハーイ! アトピーつき台40年の友実です

フリーアナウンサー 関根 友実 **連載第14回**



腸は第二の脳であるという表現がよくされます。最近、若い女性に増えていると言われる「過敏性腸症候群」という症状をみると、本当に心と体は繋がっているんだなと思います。緊張や不安を感じると、お腹がぐるぐるしてきて、下痢気味になったり、頻尿や頻便になるという症状です。繰り返しているうちに「この場面であつて不安を感じて、症状が出た」と脳が覚えていくので、たとえば乗り物に乗れなくなったり、大勢の人がいる前に出られなくなったりと、様々な不便が出てくるようになり、状況は深刻度を増していきます。それと同じように、皮膚も心ととても深い関係にあるように思います。顔のアトピー症状を抑えるために小児用のプロトピックを使っているのですが、リバウンドの具合をみようと、皮膚の一部をあえて塗らないままにしてみました。すると、数日のうちにカサカサしてきて、ひび割れてジクジクしてきたり、ニキビのようなできものができてきました。痒みもあるので無意識に掻いてしまったり、気になってつい触れることも多くなり、徐々に増悪していきました。その部分だけ化粧もできずに赤くただれ、笑ってもその皮膚の部分だけ硬いのか、皮膚が引きつるようになってしまいます。そうすると、もちろん仕事にはいかなくちゃいけないと思っているので行けるのですが、人と会うことが億劫になってくるのです。仕事で人と会うのは仕方がないとして、プライベートで友人とご飯を食べるのが元々は大好きなのに、何となく億劫になってしまいました。オフの時はひたすらネットのオンラインゲームにはまる日々で、キャラクターまで変わってしまったような感じでした。実験的にやってみたことですが、改めて皮膚と心は繋がっていると思いました。自分がコンプレックスに思っているところはチャームポイントにもなると人は言います。背が高いのがコンプレックスな女性が胸を張って歩き出したら、人が振り返るくらいのオーラを出せるとか、思い切ってさらけ出してみようということも大事だといえます。肌は一番表面に出ている部分だけに、隠せずにさらけ出すしかないところがあります。だからこそ、試練でもあると感じます。肌の状態に一喜一憂するのもまた人間であり、そんな自分でいいんだと思うことだと、今はやんわりとそんな結論に至っています。……………(次号につづく)

# Atopic who's who

100年以上も前にプロバイオティクスの概念を実証した

イリヤ・イリイチ・メチニコフ  
Ilya Ilyich Mechnikov



メチニコフはいま世界を騒がせているウクライナのハリコフで1845年に生まれたロシアの微生物学者。1916年に没するまでの長期間、パリで過ごし、またあの有名なルーパスツール研究所の副所長であったことからフランスの学者とされている資料も見かけます。はじめミジンコなどを観察していて体内に侵入してきた異物を素早く消化してしまう細胞のあることを見つけ、白血球による免疫システムの存在を示唆。当時は体液免疫を唱える学者の多いなかでメチニコフは異端の扱いをされましたが、研究が進んでリンパ球の働きが判明し体液免疫と白血球の免疫は対立や矛盾するものではなくお互いが生体防御に貢献していることが判明。この白血球と免疫の関わりを解明した功績でメチニコフは1908年にノーベル生理学・医学賞を受賞しました。この研究と並行しブルガリア旅行中に長寿者の多いことに気付き、それは日常的に愛飲されているヨーグルトに由来しているのではと推測。老化は腸内の腐敗菌によるとの立場から、メチニコフ自身もヨーグルト摂取をつづけヨーグルト不老長寿説を唱えました。いまでこそ常識の腸内細菌叢(マイクロフローラ)が免疫にも影響すると云う「プロバイオティクス」の考え方を自らの「腸」を使って実証しようと試みました。この時点ではまだマイクロフローラの考え方は確立していませんでしたがメチニコフは死の直前に、ヨーグルトの摂取を続けた効果が体のどこに現われているのか調べて欲しいと友人に依頼し、そしてそれは「どうやら腸のあたりだと思ふんだが」と示唆。この推測は1950年になって腸内細菌層の役割が解明され実証。また生菌として乳酸菌が腸内で働くこと云うメチニコフの考えは否定されましたが腸内細菌叢の存在は今では常識となっています。多くの研究者によって現在では胃酸に耐えて大腸まで到達する乳酸菌も見出され腸内細菌層を整えることで病気にかかりにくい体質となり、不老長寿がある程度実現できるとされています。白血球の免疫作用と乳酸菌の整腸作用はどちらもアトピーには重要な役割を担います。痒いことをイッチと云います。痒いときはイッチ・イリイチ、イッチ・イリイチって呪文を唱えイリヤ・イチイチ・メチニコフの功績を忘れないようにしましょうね。

## ATOPIC SHOWROOM

\*てふてふ「ふわふわコットンシリーズ」のご紹介\*

**ふわふわ  
コットン**

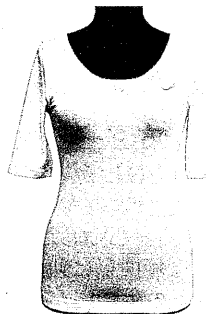
お肌にやさしいベビーガーゼ  
空気を含んだ やわらかな着心地

有限会社 テフテフ

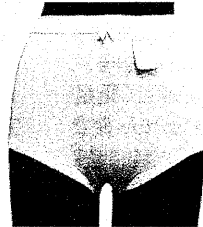
〒599-8254 堺市中区伏尾65-2

電話 072-276-7060

FAX 072-276-7061



◀半袖シャツ(M・L) 3,300円+税



▶ショーツ(M・L) 1,800円+税

婦人インナー業界に入って40年余り経過いたしました。当初はファンデーションやランジェリーの扱いが中心でしたが最近では主に肌着とショーツに特化した商品構成になっています。特に「袋天竺」を使用した「ふわふわコットンシリーズ」は肌にやさしくベビーガーゼとも呼ばれデリケートな肌の方にも好評を博しております。また平成19年からは「日本アトピー協会」推薦商品グループもこれに加わり、より充実した商品構成になってまいりました。販路としては全国の専門店や百貨店(阪神百貨店・大丸芦屋店・名鉄百貨店)などで展開していますが、今後はネット関連も重要なチャンネルとして考えております。

**送達ご希望の方はご連絡ください。**

書面・メールにて受付中

## 日本アトピー協会通信紙 あとびいなう

通信紙「あとびいなう」は積極的な治療への取り組みと自助努力を促すことを趣旨とし多くの患者さんに読んでいただきたく無料でお届けしております。ご希望の方はお届け先・お名前・電話番号やメールアドレスをお知らせください。患者さん・医療従事者の方に限定しておりますが一般の方もご希望でしたらご連絡ください。スクリーニングの結果、お届け出来ない場合もありその節はご容赦ください。なお協会ホームページからもお申し込みいただけます。

次号発行予定 9月12日

〒541-0045

大阪市中央区道修町1-1-7日精産業ビル4階

電話 06-6204-0002 FAX.06-6204-0052

E-Mail jadpa@wing.ocn.ne.jp

Home Page <http://www.nihonatomyjoin-us.jp/>

## ドクターインタビュー

## 加藤 順子(かとう じゅんこ)先生

加藤皮膚科

大阪が熱くなる天神祭り間近、その祭のクライマックスは御神体を川に浮かべる「舟渡り=ふなとぎよ」それを見下ろすようなロケーションの北区天満橋OAPビル12階でご開院の加藤先生をお訪ねし、女医さんの立場からアトピーとお化粧品についてお伺いしました。

—— これからの季節、紫外線がきつくなり女性の方にはひと心配の種です。そこで一般的な肌への紫外線の影響などお話をいただけませんか？

紫外線がきつくなる季節は、出来るだけ紫外線を防ぐことをお勧めします。この時期、ニキビ、単純ヘルペスなど紫外線の影響で発症しやすくなる疾患も増え、アトピー性皮膚炎の患者さんが日焼けしてしまっ、炎症が一時的に悪化して来院される場合もあります。もちろん、老人性のシミや肝斑(かんぱん)も紫外線のきつい時期は濃くなりますし、ニキビの跡、やけどの跡、アトピーの湿疹後の色素沈着など炎症後のシミも、紫外線のせいで濃くなってしまいます。一方、高齢化社会の影響で、子供のころから浴び続けた紫外線の影響で皮膚がんを発症するご高齢の方が日本でも増えてきているといわれています。紫外線対策は、帽子や日傘、最近ではUVを防ぐ衣類などありますが、やはりサンスクリーン剤の使用がとても大切です。ただ残念ながら、サンスクリーン剤は肌につきつて、塗ると余計に皮膚疾患が悪くなると思い込んでおられる方が多いように思われます。実際は、紫外線を浴びることによる湿疹など皮膚病変や皮膚老化への影響とサンスクリーン剤の刺激とを比べると、圧倒的に紫外線による影響の方が大きく、多少の刺激を我慢してでも紫外線を防ぐ方がはるかに有益です。自分の肌に合ったものが、探せば見つかるはず。サンスクリーン剤は、大きく分けるとケミカルとノンケミカルの2つのタイプに分かれます。紫外線吸収剤が入っているか、いないかの違いですが、一般にケミカルのタイプに比べるとノンケミカルのタイプのほうが紫外線の防御能がやや劣る傾向にあります。うちに来られる患者さんでは、ノンケミカルのものを好む方が多いようです。ノンケミカルの製品は刺激もアレルギーも少ないとされていますが、使用されている散乱剤のせいか、塗り心地に違和感を訴える敏感な方もおられるので、必ずサンプルで試してから購入することをお勧めしています。また、ケミカルの製品でも、紫外線吸収剤をカプセルで包んで皮膚の上の接触面積を減らす、そういった工夫をしているメーカーのものは刺激症状が出にくいようです。ケミカルのタイプもアトピーの人でも肌に合えば問題ありません。ただ、使用しているうちに合わなくなることもありうるので、時々見直しが必要です。サンスクリーン剤は2~3時間おきに塗り直しが基本ですが、実際は難しいことが多いので帽子や衣類、またサングラスなどと合わせて、出来るだけ紫外線を浴びすぎないように心がけましょう。

—— アトピーの方、とくに女性の方は色素沈着を非常に気にされます。どの程度の期間で消えるのでしょうか。

健康な人でもシミ、しわ、くすみなど、肌の老化原因の7割が紫外線によるものと言われています。最近では「見た目社会」と言われ、女性の顔のシミだけでなく、長年たったシミの上でできること多い老人性のイボを取って欲しいと訪れる中高年の男性患者さんも増えてきました。アトピーの方の色素沈着については、よくステロイド外用薬を塗るとシミになると思われていて、また、「塗って太陽の光にあたるとシミになる」と思っている方も本当に多くおられますが、ステロイド外用薬と炎症後のシミの間に因果関係はありません。なぜそのような誤解があるかをご説明しましょう。炎症後色素沈着は、炎症が起きて色素細胞が本来あるはずの表皮より深い真皮まで落ちてしまっている状態です。普通なら28日周期で肌の表面は生まれ変わるしくみになっていますが、真皮に落ちてしまった色素細胞は、それとは関係なくじわじわ押し上げられていくので、表皮に上がってくるのに半年から2年ぐらいかかります。炎症を抑えるためにステロイド外用薬を塗りますが、炎症が起きた時点で、実は色素細胞は真皮に落ちてしまっているのです。つまり、単にステロイド外用薬を塗ったことで炎症が治まるため、炎症の赤みで隠れていた茶色い色素が見えるだけなのです。ステロイド外用薬を塗ることに抵抗のあるアトピーの患者さんに、かえって肌がくすんでいる方が多いのはそのためでもあります。炎症による色素沈着を治すには、まずそこにある炎症、つまり湿疹をきっちり治す。炎症後のシミの根本的な原因である湿疹を治さないままでは、いつまでたっても傷ついた表皮から色素細胞



## 加藤 順子(かとう じゅんこ)先生のプロフィール

1985年 岐阜大学医学部卒業、  
大阪市立大学医学部皮膚科学教室入局と同時に  
大阪回生病院皮膚科故須貝哲郎博士のもとで臨床研修医  
1995年 池田回生病院皮膚科医長  
1996年 加藤皮膚科開業、現在に至る  
.....  
日本皮膚科学会認定専門医  
日本アレルギー学会認定専門医(皮膚科)  
日本皮膚アレルギー・接触皮膚炎学会・日本臨床皮膚科医会  
米国皮膚科学会・日本美容皮膚科学会

が落ち続けるので、炎症後のシミが固定化してしまいます。もちろん先ほども述べましたが、シミは一般に紫外線による悪化を考慮する必要があります。湿疹そのものに対してだけでなく、湿疹の後のシミに対してはサンスクリーン剤でうまくコントロールする必要があるといえます。炎症がきちんと収まれば、あとは紫外線を防いでシミを悪化させないようにする、そうすれば期待通り半年から2年程度で消えていくはず。―― オフィス街の真ん中でのクリニックですが、何か特徴的な患者さん像というか…、足白癬(水虫)で悩む方が多いとか…。

水虫は、昔は圧倒的に男性に多い印象でしたが、女性の社会進出に伴い、今は女性もなって当たり前疾患になってきました。当クリニックでも多くの若い女性患者さんが来られますし、水虫の診断がついても、淡々と受け止めてくださる方が多いですね。気を付けてほしいのは、薬類みただけではなく足の環境整備も心がけていただきたい点ですね。靴を履いている時間が長い、また男性や特殊な靴を履いている方によく見られるのですが、同じ靴を毎日履いて履いてしまったり、足が蒸れやすくと水虫を呼んでしまいます。要はいかに足の環境を乾燥させるかということなので、いつも患者さんにご説明しているのですが、まず、靴を毎日替えて、3足以上をローテーションすること、そして1日履いたら2~3日は靴の中まで乾かないので、中に乾燥剤を入れる、新聞紙を靴下の中に入れて靴に入れておくなど、帰宅した後のひと手間が大切です。炎天下に干しても靴の中まで十分には乾きません。それが無理なら、中敷を替える、5本指の靴下を履くなどして、足の環境をよくしないとなかなか良くなりません。昨今根付いてきた感のあるクールビズも、下駄や草履とまではいかないまでも履物にまで及んでくれるといいなと、期待しています。その点では、女性のいわゆる生足サンダルは日本の夏に即したファッションといえるかもしれませんね。

—— アトピーの症状が余りでなくなった時、化粧品は可能でしょうか？ また、女医さんの立場からとくに女性のアトピーの方に向けてアドバイスをいただけますか？

当クリニックでは、私が女性だということもあり、化粧品は社会に出て仕事をする上で、大事なものだと考えます。相手に対するマナーとして社会的に重要なことでもあるので、ニキビの方も、アトピーの方も、お化粧品は禁止しません。止められる状況であればそのほうが治療上、スムーズに行く場合もあるかもしれませんが、化粧品をしながらいかに治していくのが現代の治療なのかと思っています。何もかも中止したら、社会生活が成り立たないし、そもそも化粧品ができないことが女性としてストレスにもなる。化粧品でかぶれるようなら、パッチテストなどをしてアレルギーの有無を確認してから自分に合うものを合理的に選んで使用することをお勧めしています。また、無香料、無添加、パラベンフリーなどのキーワードで化粧品を選ぶ方が多いですが、アトピーの方に限って特にそれらに問題がある訳ではありません。

(次頁へつづきます)

(前頁よりのつづき)

確かにアトピーの方の刺激に弱い皮膚からはアレルギーの原因物質が入ってきやすいという問題はあるものの、本来、かぶれやすい体質とアトピーの皮膚の敏感さとは別物。混同されている方が多いのが残念です。逆に、どんな低刺激の製品でもかぶれる方はおられるので、あくまでも、化粧品は自分に合うか合わないかを考えて選んでください。女性にとって“化粧品は心の栄養”。表情が明るくなり、精神面に与えるいい影響を考えると、がまんなくていいと思います。ただし、落とすときに気をつけてほしいのは、アトピーだからちゃんと落とさないといいけないと思ってゴシゴシ擦らないこと。

普通にクレンジングや洗顔料でやさしくなできるように洗えば泡がちゃんとからめ取ってくれるはずなので、それで十分です。肌を擦って皮膚に傷をつけることによって、かぶれやすくなったり、刺激物も入ってきやすくなったりするので、アトピーが悪化することのないように気をつけてください。そして保湿をはじめとする洗顔後のスキンケアをしっかりとしてくださいね。

——有意義なお話ありがとうございました。“化粧品をしながら治していく”というお考えに、化粧品をしてきれいになりたい気持ちをわかってもらえるのは、うれしいことだなと思いました。

(文責・オフィス・メイ 三原ナミ)

# A T O P I C S

## 第24回 日本外来小児学会年次集会に展示参加いたします。

表題の催事は「子どもたちの幸せを目指して—今、私にできること—」という小児科医ひとりひとりに問いかけるテーマのもとに、小児科領域の外来現場での総合的な向上をはかる場としての学術集会です。先生方が研鑽される会議場の一隅をお借りして、今回も日本アトピー協会推薦品をご覧いただきたく展示参加いたします。

- 会場** 大阪国際会議場グランキューブ3階イベントホール  
京阪電車中之島駅すぐ・大阪市北区中之島-3-51
- 日時** 平成26年8月30日(土)~31日(日)
- 主催** 日本外来小児科学会(会頭 藤岡雅司先生)

※ 今回も医療従事者、展示関係者限定で患者さんには恐縮ですが一般参加はできません。なお関連企業様には順次ご案内をいたしますのでよろしくお願ひ申し上げます。



## ◆ 東北支援関連情報 ◆

### 陸前高田特産「エゾシカゲガイ」震災後初出荷

食物アレルギーの方でも回転寿司なら、まあ大丈夫の方も多いようですね、その寿司ネタに陸前高田産が加わるかも知れません。今回の震災で大打撃を受けた三陸沿岸の水産業も関係者の努力で徐々に復旧、このほど陸前高田だけで行っている「エゾシカゲガイ」の養殖が所定の収穫量にまで回復したということで特産品として初出荷されました。エゾシカゲガイは漢字で書くと蝦夷石蔭貝でお寿司屋さんでは通称「石垣貝」、トリガイに似た形と触感で、柔らかくやや甘味に勝っているとか。寿司ネタのほかに刺身やバター焼きにしても逸品。色はトリガイが濃い茶色なのに対してエゾシカゲガイはクリーム色で、貝類の間では遊離アミノ酸の「タウリン」が多いという。タウリンは胆汁の分泌を促し肝臓の働きを安ける物質、また興奮を鎮める神経伝達物質とも言われ多くのドリンク剤に配合されています。

なおトリガイの英名はジャパニーズ・コウクル、エゾシカゲガイはカリフォルニア・コウクル、同じザルガイ科の仲間だそう。で市場に流通しているのは、名前のごとくカリフォルニア産が多いという。さて陸前高田特産品としての出荷量は47トンとか。宮津湾産のトリガイと同じ希少品。関西方面には来るのかなあ。でも水産岩手が復興してゆくのうれしいなあ。



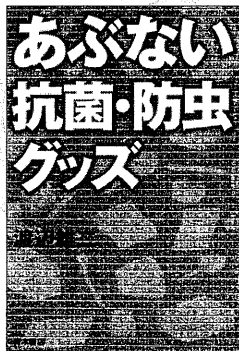
日本アトピー協会では罹災患者さんに限らず息の長い東北支援を続けております。私たちでお手伝いできることがあればお申し付けください。できる限りご対応いたします。また岩手県を中心に震災復旧に関してのホットなニュースがあればお知らせください。

## 読んでみました!! この書籍!!

みなさんのご参考になれば幸いです。読めば参考になったり、反対に落ち込んだりする事もあるかもしれませんが、頑張らって前向きに捉えて行きましょう。

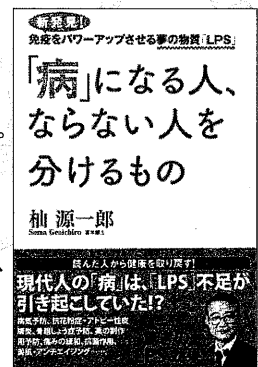
【タイトル】「あぶない抗菌・防虫グッズ」 【著者】渡辺 雄二  
【出版社】(株)青木書店【定価】本体1400円 + 税

著者は千葉大学工学部合成化学科で卒業で、「朝日ジャーナル」「中央公論」などにも執筆され多くの著書があります。虫が死ぬ訳ですから何となく分かってはいるのですが、便利と引き換えにしているのでしょうか。あらゆる所で様々な加工商品が売られていて、知らない間に我が家が無菌状態って事は無いにしても、家の中には抗菌防虫グッズがあふれていませんか? 抗菌グッズは、O-157による集団食中毒が全国で発生し加速され、「通勤〇足」という靴下が抗菌商品の火付け役となりました。その後はご存じのとおり、抗菌防虫していない商品を探す方が難しい現状です。実際に抗菌グッズには菌や虫を寄せつけない、或いは殺してしまう成分が使用されています。嫌なコキブリ君もコロっと死んでしまう成分は、やはり人体にも影響があるはず。皆さんが最も気になるダニ君も安易に薬剤を使ってしまうと、その布団で就寝中、自とも吸入します。やはりその正体を知って安全性を見極め、症状負担にならない様に心掛けたい所です。



【タイトル】「病になる人、ならない人を分けるもの」  
【著者】杉 源一郎 【出版社】(株)ワニブックス  
【定価】本体1,300円 + 税

東京大学薬学部で卒業の薬学博士。徳島文理大免疫アレルギー部門長など歴任。さて一体表題の分けるものって何でしょう。ヒトは様々な免疫細胞によって病原から守られています。細胞には「自然免疫」と「獲得免疫」があり、良く耳にする自然治癒力というのは「自然免疫」の頑張りによる事だと思えます。疲れたり寝不足だったりすると風邪をひきやすいのは正に自然免疫もお疲れ時。だとすると、この自然免疫が元気であれば治癒力もアップするのかもしれませんが。その自然免疫の主要な細胞はマクロファージと言い、身体のあらゆる所にいて病原菌などが侵入してくると即座に貪り食ってくれる為、大食細胞とも呼ばれる程です。それじゃ、その大食細胞が元気でいられる様な栄養を送りこめば自分を守ってくれている自然免疫細胞も元気百倍? 「病」になる事を防いでくれるのかもしれない。



図書の貸し出しいたします。詳しくはお問い合わせください。

TEL 06-6204-0002 FAX 06-6204-0052