



# はぐみ ~hug me~



「はぐみ」は子育てとお仕事の両立を応援します。病気のお子さんがゆつたりと静養できるように環境などを配慮し、保護者の方が安心してお仕事に行けるよう温かい保育を心がけています。今月号は新生児期あるいは乳児早期になる可能性のある「乳糖不耐症」について紹介します。

## 乳糖不耐症とは…

ミルクや乳に含まれる糖質である乳糖をグルコースとガラクトースに分解する乳糖分解酵素(ラクターゼ)の活性が低下や欠損している為に、乳糖を消化吸収できずに著しい下痢や体重増加不良をきたす疾患のことです。日本人の多くは検査をすると乳糖不耐症であると言われてています。先天的にラクターゼが少ない先天性と、腸の病気などによりラクターゼの働きが低下する二次性があります。

## 主な症状…

- ・腹部不快(腹部膨満)やおなら  
乳糖が発酵することによりガスがたまるなど
- ・腹痛  
腸の収縮や炎症による
- ・下痢  
乳糖が消化吸収出来ず腸内に残るため水様便がでる
- ・食欲不振



etc

## 治療方法…

### ○食事療法

- ・乳糖が含まれている食品を避けることが基本です。(牛乳や乳製品を避けるなど)
- ・乳糖の摂取量を少量から徐々に増やしていき、腸内環境が改善します。(ヨーグルトやチーズなどの乳糖が分解されている食品を少量から摂取していくなど)



### ○乳糖分解酵素サプリメントの摂取

- ・乳糖分解酵素(ラクターゼ)のサプリメントを服用することで、乳糖の消化を助け、症状をやわらげることができます。

※乳糖不耐症は乳のアレルギー物質に反応しているのではなく、乳糖の分解酵素の働きが低下もしくは欠損している状態で、乳アレルギーとは別のものになります。症状が重い場合は医師に相談し、治療していきましょう。

## 《利用登録受付中》

ご利用には、事前の登録が必要です！



『子どもが急な発熱、でも仕事は休めない…』  
急な利用に備え、事前に登録して頂くことをお勧めします。

※登録は事前に電話予約のうえお越しください。

※必要書類は昭島市のホームページ、または昭島市役所にございます。

月～金曜日 10:00～18:00 (祝日、夏期休暇、年末年始を除く)

☎ 042-519-7868 (担当: 澤田)

## はぐみからのおねがい…

はぐみの入室は面談時・送迎時ともに保護者1名でお願いします。また、感染症拡大防止策で手指の消毒・検温のご協力をお願いいたします。

