



高橋嗣明先生の “子どもの困った”解決アドバイス

子育てに悩みはつきもの…。なかなか思い通りにならない我が子の成長や行動に悩んでどこへ相談していいかわからない方も多いのでは。このコーナーは、投薬に頼らない栄養療法「オーソモレキュラー療法」を実践する『たかはしクリニック』(中野市)の高橋嗣明院長先生に、お母さんたちのリアルな悩み事を解決していただくコーナーです。些細なコトから、みんながぶつかるあんな悩みまで。先生にとことんぶつけてみました。



私がおこたえします！

たかはしクリニック
院長 高橋嗣明先生

1963年生まれ、東京都出身。神奈川県立子ども医療センター形成外科、北信総合病院形成外科などを経て、2013年8月中野市に「たかはしクリニック」を開業。上は大学生、下は小学1年生の5人の子どもを育てるお父さんでもある。

Q.4
1歳6カ月の子どもが**アイスクリーム大好き**子になってしまいました。私は一切与えてなかったんですが、おばあちゃんがあげてしまい、味を覚えてしまいました。それから買い物に行くとほしがらるようになってしまって困っています。アイスの味を忘れてくれることはあるのでしょうか。また何歳くらいからあげていいのでしょうか？



A 一度知ってしまったアイスクリームの味を忘れさせるのは難しいですね。たまたまにいいんですが、**ひんぱんだと注意が必要**です。アイスクリームを含め、牛乳やそのほかの乳製品に含まれるカゼインというタンパク質は、消化管の機能がまだ未熟な幼児期の胃では消化しにくいんです。このカゼインは、微量の消化管出血の原因となるケースもあり、消化できなかったタンパク質が炎症を起こした小腸を通過することで、アレルギーが発生することもあるんですよ。悪い例だと、これが**発達障害につながった**という症例の報告もあるんです。おばあちゃんには、この問題を話し、家族みんなに協力してもらい、いっしょに取り組むことが大切です。消化機能は個人差がありますが、小学校低学年まではアレルギーを作る可能性を知っておいた方がいいでしょう。

Q.5
2歳の息子がいますが、**野菜をまったく食べません**。もともと食が細く、ごはんもほとんど食べないのですが、中でも野菜は全然食べてくれません。野菜を入れないお好み焼き(小麦粉をといて焼いてソースをかけたもの)は好きでよく食べるので、最近はお好み焼きばかりになってきました。栄養が偏るので、どうにか改善したいです。



A 一度知ってしまったアイスクリームの味を忘れさせるのは難しいですね。たまたまにいいんですが、**ひんぱんだと注意が必要**です。アイスクリームを含め、牛乳やそのほかの乳製品に含まれるカゼインというタンパク質は、消化管の機能がまだ未熟な幼児期の胃では消化しにくいんです。このカゼインは、微量の消化管出血の原因となるケースもあり、消化できなかったタンパク質が炎症を起こした小腸を通過することで、アレルギーが発生することもあるんですよ。悪い例だと、これが**発達障害につながった**という症例の報告もあるんです。おばあちゃんには、この問題を話し、家族みんなに協力してもらい、いっしょに取り組むことが大切です。消化機能は個人差がありますが、小学校低学年まではアレルギーを作る可能性を知っておいた方がいいでしょう。

Q.2
魔の2歳児の子育て中です。。**イヤイヤが他の子より激しい**気がします。ウチの子我が強いのかな？こっちが疲れちゃって、最近はお子もかわいと思えなくなってきてしまいました。。



A イヤイヤ期は、自我が芽生えてきた証拠といわれています。歩けるようになり、少し話せるようになってはきたけど、うまくできなかったり、ちゃんと伝えられなくてイライラして、何でもイヤイヤ…。子どもの成長過程だから、見守るしかないという親御さんが多いですが、毎日こうだと本当に疲れてしまいますよね。

A この**第一次反抗期**が起こる原因は、鉄やビタミンB群などの栄養素が子どもの成長のために使われてしまつたため、これらが不足し、脳内神経伝達物質を調節するセロトニンという物質が不足しているからといわれています。セロトニンが低下すると子どもは落ち着きがなくなり、じっと座っていることが困難になってきます。またすべてに我慢することが難しくなり、集中力も欠けてきます。お母さんが**貧血**(※隠れ貧血含む)だと、**セロトニン不足**の可能性は高いですね。そうする

まさにお兄ちゃんがイヤイヤ期真っ最中だったので、今日のお話はすごく参考になりました。つついとお菓子をあげてしまうのを改めようと思いました。



みこちゃん (11カ月) とママ



結音ちゃん (2歳11カ月) とママ

いろいろ発育に対して心配なことがあったので、個人的にも、先生にいろいろ聞けてよかったです。

子育てのお悩み募集

高橋先生に聞いてみたい子育ての悩みを募集します。「爪が伸びるのが早いみたい」「乾燥肌なんだけど市販のクリームで大丈夫?」などお悩みはなんでもOK。少し大きなお子さんの「登校拒否」や「摂食障害」などに悩んでいる方もどうぞ応募ください。どんな悩みでも先生がズバツと解決アドバイスしてくれます!「悩みを誌面で公開したくない」「個人的に相談したいことがある」などという方は、その旨と連絡先を明記してお送りください。プライバシーは固くお守りいたします。ひとりで悩まないで、Let's解決アドバイス!

応募はこちら
長野市大豆島588-5 KIDSKomachi解決アドバイス係まで。
メールはkk@komachi-n.co.jp
直接先生にお話しを聞きたい場合は連絡先を明記してくださいね!

Q.3
もうすぐ3歳になるんですが、いまだに**おしゃぶり**がとれません。



A おしゃぶり…別にもいいと思いますよ。おしゃぶりは鼻呼吸の習慣がつくことの利点もありますが、**おしゃぶりは特に歯並びには関係ありません**。でも虫歯になる可能性は高くなるので、離乳食に完全に移行する1歳半から2歳くらいまでに取れることがのぞましいです。