

コロナ禍の中に新年を迎え

コロナ禍の巣ごもり状態で年末年始を過ごされたのは初めてでしょうか。診療所の入り口での全員検査では9割近い方がORTで抗体が陽性でした。抗体があったのに消えてしまっている方も1割くらいです。抗体が陽性の方も、いつ感染したのか、よくわからないと言う方がほとんどでした。200人程の新型コロナの入院患者の診療をした医者が、TVで2類の指定感染症扱いを取りやめない限りこの混乱は続くとの発言に、全くその通り、と思いました。まだわからないことも多いコロナウイルスではありますが。ワクチンもアナフィラキシーの報告を聞けば、アレルギーを持っている方にはどうなのだろうと心配です。また、就職や仕事をする条件にされたりしないかと気になります。

このコロナ禍では社会に内在していた生活や仕事の不安定化、貧困化が明らかになってきています。仕事や家を失った方、学業が続けられない方等への支援・保証は待ったなしなのに、なぜこんなに対応が悪いのか、と思います。各種消毒薬のアレルギーや中毒症状は、当初よりは、幾分軽くなってきました。体の方が慣れてきたのかもわかりません。英国の変異株もどのようなものか、まだわかりません。ウイルス感染に強くなる食事、睡眠不足、過労、ストレスに注意して暮らしていきましょう。

ところで、アトピー性皮膚炎や脱毛、うつ病等でビタミンH（ビオチン）が足りない方に、ビオチン散を処方していましたが、ここ1か月以内に子どもが飲まなくなった、味が変わった、カビのにおいがするようになった、ビオチン飲んだら湿疹が出た等でチェックを求めてくる方が何人かおられました。初めは、ORT用のサンプルで診ていたのですが、「検査では必要となってるけれど、そんなに嫌がるのでしたら、今服用しているビオチンを持ってきてください。」とお願いして、再度ORTで診ました。前回とは違い、持参のビオチン散は体に合わず、アレルギーを起こしていました。驚いて、診療所にあるビオチン散のストックを調べました。箱に書いてあるロット番号は、OJ021B(2025,06)とOI301B(2025,06)がありました。そのうちOJ021B(2025,06)の方が体に合わない、アレルギーを起こす方が多く、OI301B(2025,06)の方は今まで通りのビオチン散でした。製薬会社には緊急と連絡を入れましたが、年末のためか返事がありません。ビオチン散を服用している方は、何らかの異常があれば服用を中止して持ってきてください。薬局でもらっている方はロット番号を確認してもらってください。また、ビオチン不足の方は腸内細菌でビオチンを作れていないので、腸内細菌をさらに健全化する課題をもらったと思い、食生活を見直して下さい。健全な野菜や穀物、豆類、を中心に、肉や魚はアレルゲンでなければ少な目に、よく噛み、少食に、お休み前4～5時間は食べないなどです。糠漬、米ヨーグルト、麴などご自分の体に合うもので体質改善を行ってみて下さい。