



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

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.nihonatopy.join-us.jp/

CONTENTS

- ◆「乳児湿疹」について考える..... P1~P3
◆湿疹って一体なに?..... P1
◆子どもは、もともと乾燥肌?..... P1
◆よくある湿疹あれこれ..... P2
◆ドライテクニックと沐浴..... P2
◆法人賛助会員様ご紹介 第52回..... P3
◆2019年度「いい皮膚の日」市民公開講座のお知らせ... P4~P5
◆ハーイ!アトピーづき合い40年の友実です..... P6
◆ちょっと気になるニュース..... P6
◆ドクターインタビュー..... P7
◆ATOPICS..... P8

「乳児湿疹」について考える



「生後すぐからの保湿でアトピー性皮膚炎の発症が予防できる!」という画期的な発表から保湿の重要性が一層高まっていますね。毎日、単純ですが面倒でおざなりになりがちな保湿=スキンケア。今回は乳幼児さんの様々な湿疹について考えてみました。

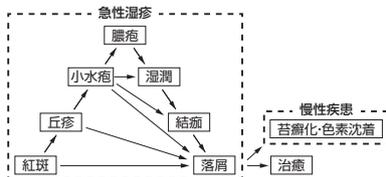
湿疹って一体なに?

湿疹症状の経過「湿疹三角」

「湿疹」と「皮膚炎」は同じ意味とのこと。その原因としては、刺激物質あるいはアレルギーなどの外的要因によるものと、アトピー素因などの内的因子によるものとに分けられますが、両者が複雑に絡み合っ...

臨床的には「掻痒(そうよう:痒みのこと)」「発赤」「落屑(らくせつ:角質が落ちること)」「漿液(しょうえき)性丘疹(水疱のある発疹)」を呈します。

症状としては、掻痒を伴う浮腫性の紅斑を形成し、続いて紅斑上に丘疹ないし漿液性丘疹が生じます。そして、小水疱や膿疱、びらん、痂皮、鱗屑を形成して治癒に向かいます。急性期には、これらの症候が単一あるいは混在してみられます。慢性期では、急性期症状を一部に残しつつ、皮膚の肥厚や苔癬化、色素沈着、色素脱失を伴います。この症状の流れについて、日本では「湿疹三角」という形で図示されています。



- ①紅斑:炎症などによる血管の拡張によって、皮膚の表面が赤くなった状態。
②丘疹:皮膚の表面が小さく盛り上がった状態。
③水疱:水ぶくれの事。水分とタンパク質が溜まって盛り上がった状態。
④膿疱:膿汁が溜まって盛り上がった状態。
⑤湿潤:ジュークジュークした、ただれた状態で、びらん・ただれとも呼ばれる。
⑥結痂:滲出液や膿汁などが固まりかさぶたができるまでの状態。かさぶたを「痂皮(かひ)」とも呼ぶ。
⑦落屑:剥離した角質が皮膚表面に蓄積した鱗屑が剥がれ落ちること。
⑧苔癬化:慢性化して皮膚が厚くなった状態。
⑨色素沈着:黒く跡が残った状態。

子どもは、もともと乾燥肌?

赤ちゃんの肌はとても薄い

赤ちゃんもよく汗をかきますし、ちょっと遊ぶと汗びっしょりの子どもたちですが、もともと乾燥肌?と思えないですね。皮膚の一番外側を構成する表皮(\*)の厚さは部位によって異なりますが、平均0.2mmと言われます。赤ちゃんの皮膚は、その半分くらいと言われ、掻けば簡単に剥がれそうです。生まれてすぐの赤ちゃんの肌は、皮膚の表面の厚い皮、「角質層」と呼ばれる硬い上皮層が薄くなっています。生まれて翌日ぐらいには赤い発疹がぼつぼつと盛り上がった発疹が現れてくることがあり、これは「新生児中毒性紅斑」などと呼ばれることもあるようですが、その原因ははっきりわかっていません。薄い上皮が急に乾燥することによる一種の乾燥性皮膚炎?とも考えられているようです。

\*表皮=角層・顆粒層・有棘層・基底層からなる。

患者さんからのご相談はいつでもお受けします。

症状がいつ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600万人(\*)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、ささえあいましょう。日本アトピー協会をそのコア=核としてご利用ください。

\*H12~14年度厚生労働科学研究によるアトピー性皮膚炎疫学調査より推計。

◆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。

ご相談は

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してお願いします。電話の場合はあらかじめ要点をメモにしてすみじかをお願いします。(ご相談は無料です。)

## 生後2ヵ月を過ぎると肌は乾燥する!?

生後1ヵ月までの新生児の間は、皮膚の角層水分保持機能が未熟であることが報告されています。その理由としては、この時期は胎内から胎外へと適応していく未熟な過程であり、NMF(※)や角層細胞間脂質などの産生が未だ低いとされています。

しかし、出生直後は母親から経胎盤性に移行した性ホルモン(アンドロゲン)が赤ちゃんの体内に残っており、皮脂腺の働きが活発化して生じた皮表を被っているため、ある時期までは保湿されているようです。

しかし、生後2ヵ月頃を過ぎると母親からの性ホルモンを使い切ってしまう、皮脂の産生は次第に減少します。そして、性ホルモンの分泌がそれ以後低くなり、皮脂膜も十分には形成できません。子どもでは活発に多量の汗が出るため一見は乾燥肌でないように見えますが、実は皮脂をバランス良くつくるのができないため、汗をかいた後は乾燥肌となってしまいます。

また、思春期前の子どもでも成人と比較すると表皮が薄いと言われる、角層も相対的に薄く、細胞間脂質やNMFによる水分保持能力なども不十分で、乾燥して柔軟性がなくなると考えられています。

※NMF= Natural Moisturizing Factor(天然保湿因子)

## 子どもの肌ケアのポイント

子どもの肌ケアのポイントをまとめてみました。

- 清潔**：乾燥肌をザラザラと感じるのは、表皮から脱落した角層が表面に付着して残ってしまっているため。皮表の清潔を保つ点からも、不要となった落屑(垢)を取り除くスキンケアが必要。一方、過度の洗浄や擦り過ぎが行われると、細胞間脂質やNMFが溶け出し、角層は水分を保持できなくなり、角層が更に乾燥して柔軟性やしなやかさを失って亀裂が生じるという悪循環も生み出す恐れもあるので注意が必要。
- 保湿**：特に入浴後の角質が膨潤している間に保湿ローションなどの外用を行う。
- 低刺激**：入浴時、低刺激性の石けんやシャンプーを使用。低刺激性のものであってもよく泡立てて、すすぎをしっかりとすることが大切。

## よくある湿疹あれこれ

### 赤ちゃんにできる湿疹いろいろ

乳児湿疹の定義は曖昧なようですが、一般的に「赤ちゃんにできる湿疹」全体を指し、単一の病気ではありません。

代表的なもの「乳児脂漏性皮膚炎」で、お母さんからのホルモンの影響もあり、赤ちゃんの皮脂が過剰に分泌されやすいのが原因ではないかと考えられています。

以下、代表的な湿疹をまとめてみました。

- ① **新生児中毒性紅斑**  
生後1~3日、新生児の約半数にみられる発疹で、背中や腰、大腿部や腕、顔に認められ、大きさも様々。中央に固い黄色の丘疹ができ周りに紅斑が。原因は不明なようですが、皮膚形成のひとつとされています。
- ② **新生児脂漏性湿疹**  
生後3~4週間頃に発症し、黄白色の油脂性のかさぶたができる。黄色のベタベタとしたバターを塗ったような発疹で、頭、眉、頬などに多くみられる。母親のホルモンが新生児に移行し、脂肪分過多となり、酸化分解して皮膚に炎症を起こすためとされ、石けんやシャンプーなどの使用で軽減することも。感染を起こしてしまった場合は抗生物質を使用。
- ③ **新生児ざ瘡(にきび)**  
新生児期に頬、前額部に発生する湿疹。男児に比較的多く、思春期の尋常性ざ瘡(にきび)に類似した発赤を伴う丘疹がみられる。赤や黒の丘疹、面ほう、膿疱ができるが、数週間~数ヵ月で自然に治り、特に治療は必要ないものの、ベビーオイルなどの使用を中止すると軽減することも。
- ④ **汗疹(あせも)**  
体表面積が少ない小児は汗腺の分布密度が高く、基礎代謝が活発なために汗をかきやすくなる。汗はエクリン汗腺の分泌部で作られ、汗管を通して皮膚の表面に出てくるが、この汗管が閉塞したり、多量に発汗したりして蒸散できにくい環境では汗管内に貯留し、貯留した汗が周辺組織に漏れ出るのが原因。首や肘、膝の裏などは汗がたまって汗疹が起こりやすく、衣服で覆われた

胸や背部なども汗を多くかき、汗疹ができやすい。

水晶様汗疹は、角層内に汗が漏れ出たもので、1~2ミリの透明の水疱で水滴のようにキラキラと輝いてみえる。

紅色汗疹は、表皮内の上部に汗が漏れ出たもので、1~2数ミリ程度の紅色の丘疹が汗のたまりやすい部位に多数出現する。少し痒みがあるため、かき壊して2次感染により伝染性膿痂疹(とびひ)や、汗疹が化膿してしこりになる多発性汗腺膿瘍(あせものより)を併発することも。

- ⑤ **よだれかぶれ**  
よだれによる接触性皮膚炎のひとつ。離乳食が始まる頃から2歳くらいまではよだれの多い子どもが多く、よだれという刺激がある間はすっかりキレイにはならず、成長とともによだれが減ると軽快することが多い。なお、口のまわりを拭くと、よだれや汚れだけでなく、皮膚に潤いを与える役割を持つ皮脂と外用剤が取れてしまうため、拭くたびに外用剤を塗るのがベスト。
- ⑥ **おむつかぶれ**  
おしりを拭くたびに表皮が剥がれたり、その状態が続くもの。原因は多くの場合、尿や便になる接触性皮膚炎。今の紙おむつは尿の吸収が良く、尿の蒸れによる皮膚炎は少なくなったが、おしり拭きなどでこするとかえって悪化することもあり、石けんを泡立ててシャワーで洗うのが良い。もしくは、洗面器などにぬるま湯をくみ、脱脂綿を濡らして洗い落としても。通常のおむつかぶれに使う軟膏は、亜鉛華軟膏などの撥水力の強い軟膏が適しており、たっぷり塗ることが大切。また、真菌性のおむつかぶれ(乳児寄生菌性紅斑)は、通常のスキンケアでは改善せず抗真菌剤の軟膏を塗布する必要がある。
- ⑦ **なめまし皮膚炎**  
乳児期ではありませんが、「口なめ病」や「舌なめずり皮膚炎」とも呼ばれ、口唇の乾燥に、繰り返して舌でなめることで口の周囲が荒れる皮膚病。皮膚の乾燥がベースにあるため空気が乾燥した冬や、アトピー性皮膚炎を合併した子どもに生じやすい傾向があるようです。

## 乳児湿疹と食物アレルギー

乳児のアトピー性皮膚炎と食物アレルギーが両方起こることは多いものの、その理由はよくわかっていません。しかし、アトピー性皮膚炎の赤ちゃんは、皮膚から食物が体内に入ってアレルギーを起こすのではないかと考えが注目されています。赤ちゃんの湿疹の多くは顔面にでき、痒みのある湿疹が長い間、顔にできると母乳の中の食物成分が湿疹のある皮膚から体内に入って食物アレルギーが起こりやすくなると考えられています。赤ちゃんの顔の湿疹は早めに良くすることが、食物アレルギー予防には大切なかもしれません。

## 乳児湿疹とアトピー性皮膚炎の違いは?

乳児期早期では、多くが頬や額、頭の乾燥、赤みから始まります。アトピー性皮膚炎の赤ちゃんは顔面の痒みがあり、2ヵ月以上の痒みのある湿疹がある場合には、アトピー性皮膚炎の可能性があるとされています。

乳児湿疹とアトピー性皮膚炎は症状がよく似ているため見分けが付きにくいですが、痒みはアトピーの方が強く、生後2~3ヵ月頃から頭や顔の湿疹が始まり、徐々に広がっていくことが多いようです。左右対称に、肘の内側、足の付け根、膝の裏側など全身に発症するのが特徴です。症状の度合いによってステロイド外用薬が使われます。アトピー性皮膚炎は、気管支喘息などのアレルギーによって引き起こされる病気を合併することがあるため、慎重に経過をみていきます。

## ドライテクニックと沐浴

### ドライテクニックとは?

お子さんがいらっしゃる方はご経験済みでしょうが、新生児の「保清(清潔を保つこと)」方法は、時代とともに変化しています。日本には、生まれたばかりの赤ちゃんを入浴させる「産湯(うぶゆ)」の習慣がありました。しかし、1974年のアメリカ小児科学会の「ドライテクニックの勧告」以降、日本でも出生後の新生児を洗うべきか・洗わないべきかという研究が行われてきました。

この「ドライテクニック」とは、「新生児を一定期間、清拭のみを行い、沐浴させないケア」を指します。細かい定義や実施期間は施設により多少の違いがありますが、例えば、出産の翌日は頭だけを洗い、沐浴は日齢4~5日でするなどです。

ドライテクニックの目的は、新生児に対して保護的に働く胎脂を除

去しないこと、沐浴による新生児への負担を軽減することなど。特にNICU(※)における未熟児看護指針のひとつである「なるべく触らない最小限のケア(ミニマルハンドリング)」と一致し、日本でも数年前から見直され、全国の産科施設を中心に普及していったようです。

大分県立看護科学大学助産学研究室の樋口 幸助教による2015年の報告によると、2013年9月から2014年1月に全国分娩施設893施設を選定し341施設から調査した結果、出産直後はドライテクニックを実施している=78.6%(268施設)、生後1日目の沐浴=78%(266施設)と最も多く、出生直後から連日沐浴を行っているのは1.8%(4施設)のみでした。保清後にスキンケアを行っている施設は7.6%(26施設)であり、スキンケアはあまり行われていませんでした。

しかし、40年前に比べて日本の住環境や衛生環境、スキンケア製品の質は大きく改善しているため、1974年当時のアメリカの現状が、現代の日本における健常新生児を取り巻く環境に当てはまるかは、いささか疑問とする声もあるようです。

※NICU=Neonatal Intensive Care Unit(新生児特定集中治療室)

### 出生直後の沐浴は大丈夫!?

少し古くなりますが、1997年の群馬大学小児科の研究によると、日本のきちんと管理された環境下で合併症のない正産期の新生児を出生時に沐浴させたところ、体温や血圧・心拍数などの推移はドライケアの子どもとほぼ変わらなかつたとのこと。新生児期によくある合併症についても、どちらのグループもほぼ同じという結果でした。

国外の研究では、低体温などのリスクが上昇したという報告も複数あったようですが、日本の方が室温や湿度、タオルを温める、水温を保つ、radiant warmer(新生児保育器)を使うなど、細やかな点に気配りをしているからという理由もあるようです。ただ、この結果から「出生直後の沐浴は大丈夫」と言い切ってしまうのもやや拡大解釈とされており、全てを厳密に管理できる環境下での結果とまとめられています。

### 沐浴の注意点

退院すれば赤ちゃんの沐浴は日常ですね。そこで沐浴についての注意点など、まとめてみました。

生まれたばかりの赤ちゃんは抵抗力が弱く、お風呂で細菌感染などしないよう、大人とは別にベビーバスなどで入浴させます。赤ちゃんの体は新陳代謝や脂分の分泌が盛んなうえ、おむつをつけているため、思っている以上に汚れがちです。洗い方の基本は、上から下へ。きれいな所から汚れている所へと洗います。湿疹などが無いかの確認も含めて1日1回、出来るだけ決まった時間に沐浴をすることが赤ちゃんの生活リズムにもなります。夜遅い沐浴になると、赤ちゃんの眠る時間帯が遅くなることも。

生後1ヵ月くらいまでの赤ちゃんは、体温調節がまだ自分ではうまくできないため、着替えも手早くできるように準備しておきます。ベビーバスを使った沐浴は生後1ヵ月頃まで続け、1ヵ月健診でおへそをチェックしてもらい、しっかり乾燥していれば、大人と一緒にお風呂に入れてもよいと言われるのが通常のようなようです。

### 沐浴による乳児の肌トラブル例

赤ちゃんの沐浴による肌トラブルを幾つか紹介します。

- 石けん洗顔の未実施  
皮脂分泌量が亢進している乳児の乳児湿疹の予防に有効な石けん洗顔を行っていなかった。
- 石けん洗顔を行っていたものの、乳児の顔面に紅斑を伴う丘疹等の症状が認められた  
石けんの除去にガーゼによる清拭法を用いていたが、僅か1回だけなど、洗顔後のすすぎ不足が考えられた。
- 皮膚の保護と保湿作用に優れ、丘疹の発現頻度が低いと言われる「沐浴剤」を1ヵ月以上使用し、石けん使用回数が1回もなかった赤ちゃんの肌トラブル  
(べたつき感や紅斑を伴う丘疹等が顔面・腹部・背部・下肢に)が発生。  
症状発症時期が皮脂分泌の活発化する時期と重なっていたことから、過剰に生産された皮脂と沐浴剤による皮膚保護作用が角層に異変をもたらしたと考えられた。

洗顔をしなかったことや、洗顔をしていたとしても、石けん成分を十分に洗い流す必要性や洗い残しのない具体的な洗い方が周知されていなかったことなどが、肌トラブルの主な原因だったようです。

また、沐浴教育で、沐浴時間5分など所要時間の指導が、石けんによる洗浄時間やすすぎ時間を制約する要因となっており、肌トラブル発症の要因になったとも考えられています。

昨今では、月齢に合った泡ボディソープや泡シャンプーも一般的になり、ワンタッチ方式などで使いやすく、沐浴時の洗いやすさやすすぎ時間の短縮には最適。また、シャワーを使ったすすぎなど新たな方法を導入している施設もあるようです。

少し余談ですが、お湯が耳の穴に入ると中耳炎になると聞いたような?中耳炎は耳の鼓膜の更に奥にある中耳がウイルスなどに感染して炎症を起こす病気で、感染経路は耳と喉や鼻の奥をつなぐ耳管から。耳にお湯が入るだけでは中耳炎にはならず、お湯は自然に出てくるそうですから、ぎゅ〜と耳押さえは不要のようです。

### 泣いて・笑って!

赤ちゃんは、泣いただけでも顔を真っ赤にして、お母さんが驚くこともしばしば。湿疹も乳児特有の自然に良くなるものもありますが心配は尽きませんね。反面、おっかなびっくりの沐浴で、洗い残し湿疹や石鹸使いすぎ湿疹もあって、「どうしたらいいの」となりますね。また、赤ちゃんや子どもさんの紫外線対策も迷うところです。既に母子手帳からも日光浴の励行表記も無くなっているとのことですが、乳児や子どもさんには、専用のクレンジング剤が必要なものは避け、石けんで落とせるタイプが肌への負担が少なく済みます。

「習うより慣れる」とも言いますが、しっかりのお勉強で、あせらず・あわてず、一緒に泣いて・笑って、愛情たっぷりのスキンケアがしあわせの証かもしれません。

## 法人賛助会員様ご紹介 第52回

敬称略

協会は多くの法人賛助会員様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おります法人様を順次ご紹介しております。関係各位にコメントをお願いしておりますので、ぜひ患者さんへの一言をお願い致します。

### 河田フェザー株式会社

平成29年ご入会

- ◆所在地 515-0303 三重県多気郡明和町大字山大淀3255番地
- ◆電話 0596-55-2431
- ◆業種 製造業・羽毛/羽毛製品
- ◆関連商品 羽毛ふとん
- ◆一言 当社では天然素材である羽毛に付着しているアカやホコリ、微小きょう雑物を、独自の高度な技術、高温多湿にならない気候、大量の超軟水を使い、カビや細菌が発生してアレルギーを誘引することのないよう加工し、誰も真似できないレベルまでキレイな羽毛の供給に努めています。さらに、天然石けんの使用、薬剤をできる限り使わない加工、徹底した品質管理体制を整え、自分たちが納得した良質な羽毛だけを提供しています。

### 片倉工業株式会社

平成29年ご入会

- ◆所在地 104-8312 東京都中央区明石町6-4
- ◆電話 03-6832-0235
- ◆業種 衣料品製造販売(紳士・婦人・子供インナー、紳士・婦人ソックス)
- ◆関連商品 ケアコットンシリーズ
- ◆一言 片倉工業は、2014年世界遺産となった富岡製糸場を所有していたシルクを祖業とするインナーメーカーです。現在は、安心・安全な天然繊維の綿素材を主力に肌へのやさしさ、美と健康にこだわる商品を展開しています。ケアコットンシリーズは、安心な綿100%ながら吸水速乾性が高く、生地pHを弱酸性に保つ性能があり、洗濯を繰り返しても毛玉が出来にくい素材です。縫目の肌当たりも減らした縫製でお肌に悩みを持つ方へ最適なインナーです。

\*..... 1 い 1 い 1 ひ 2 ふ .....\*

2019年度  
『いい皮膚の日』

11月12日は、毎年恒例となっております「いい皮膚の日」です。全国各地で皮膚科専門医による講演会やイベントが開催されます。アトピー・アレルギーの演題ばかりではありませんが、参加は全て無料です。相談会なども開催される会場もありますのでご検討ください。尚、小紙が開催日を過ぎて到着となった場合はご容赦下さい。

(日本臨床皮膚科医会「全国の皮膚の日行事」10月28日現在より)

2019年度 皮膚の日 市民公開講座  
「皮膚科医と考える 皮膚のトータルケア  
～365日、調子のいい肌のために～」

日 時 10月14日(月)13:30～16:30  
会 場 日経ホール(大手町)  
行事内容 プログラム  
ご挨拶 「皮膚の日について」  
日本臨床皮膚科医会 会長 若林 正治先生  
・「第2の心臓『足』の健康を保つためのスキンケア」  
済生会川口総合病院 高山 かおる先生  
・「皮膚を守る、正しいスキンケア」  
小林皮膚科医院 小林 美咲先生  
スキンケアデモ：花王 キュレル事業部  
・「赤ちゃんからの皮膚のケア」  
高野医科クリニック 畑 三恵子先生  
・総合討論

日 時：11月17日(日)10:00～12:00  
会 場：北海道立道民活動センター かでる2-7  
行事内容：市民公開講座 10:00～11:00  
「皮膚と内臓疾患」  
演題・演者 未定  
市民無料相談会 11:00～12:00

問 網走皮膚科クリニック ☎0152-43-2409

日 時：11月24日(日)14:00～  
会 場：大雪クリスタルホール  
行事内容：市民公開講座  
「80歳までに3人に1人が発症する「帯状疱疹」とは？  
聞いてよかった、その基本と対策」  
のむらひふ科耳鼻咽喉科甲状腺クリニック 野村 和加奈先生  
「皮膚科と食物アレルギー」  
旭川医科大学 林 圭先生  
市民無料相談会

問 旭川医科大学皮膚科学講座 ☎0166-68-2523

日 時：10月26日(土)14:00～  
会 場：サンリフレ函館  
行事内容：市民公開講座  
「身近にあるかゆい皮膚病」  
北海道大学 氏家 英之先生  
市民無料相談会

問 日吉皮ふ科クリニック ☎0138-30-3003

日 時：未定  
会 場：未定  
行事内容：

問 功に会釧路皮膚科クリニック ☎0154-37-6120

日 時：11月23日(土)11:00～  
会 場：土手町コミュニケーションプラザ  
行事内容：市民公開講座  
「赤あざ(仮)」 弘前大学 是川 あゆ美先生  
「黒あざ(仮)」 弘前大学 中島 康爾先生

問 長島皮ふ科クリニック ☎017-776-1112

日 時：未定  
会 場：未定  
行事内容：

問

日 時：11月10日(日)12:00～14:30  
会 場：TKPガーデンシティ仙台勾当台  
行事内容：講演会  
「これは怖い、シミと皮膚癌」  
東北医科薬科大学 川上 民裕先生

問 わたなべ皮膚科クリニック ☎0229-56-6215

日 時：11月10日(日)14:00～16:30  
会 場：山形テルサ  
行事内容：市民公開講座  
「かゆみと乾癬について」  
須藤皮膚科医院 須藤 一先生  
永生クリニック皮膚科 前島 英樹先生

問 つばさ皮膚科 ☎0237-43-1241

日 時：11月10日(日)10:30～  
会 場：福島テレサ  
行事内容：講演会  
「演題・演者 未定」

問 伊藤皮膚科クリニック ☎024-551-1121

日 時：11月10日(日)13:30～14:45  
会 場：水戸駅ビル エクセル本館エクセルホール  
行事内容：市民公開講座(一般市民向け)  
「アトピー性皮膚炎について知ろう!」  
「アトピー性皮膚炎の原因と治療」  
筑波大学 古田 淳一先生  
無料皮膚病相談

日 時：11月12日(火)19:10～20:30  
会 場：ホテルテラスザガーデン水戸  
行事内容：講演会(医師・薬剤師向け)  
「製品説明 ヘパリン類似物質製剤について」  
マルホ株式会社  
「アトピー性皮膚炎におけるスキンケア  
～発汗からみた外用薬の使い方～」  
杏林大学 塩原 哲夫先生

問 皮膚科森医院 ☎029-226-3555

日 時：11月10日(日)13:00～15:30  
会 場：宇都宮市保健センター ララスクエア宇都宮  
行事内容：市民公開講座  
「ニキビのなおし方～ガイドラインに基づくぞうの標準治療」  
国際医療福祉大学病院 大塚 勤先生  
「皮膚の健康」無料相談会

問 岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック ☎0282-25-2525

日 時：11月10日(日)14:00～15:00  
会 場：群馬ロイヤルホテル 本館2階まゆだま  
行事内容：市民公開講座  
「このできものは大丈夫?～皮膚がんの見つけ方。  
放置していいもの、悪いもの～」  
渋川医療センター 山中 正義先生

問 太田記念病院皮膚科 ☎0276-55-2200

日 時：10月26日(土)  
会 場：新潟グランドホテル  
行事内容：講演会  
「未定」 長崎大学 室田 浩之先生

問 伊藤皮膚科クリニック ☎0258-35-2001

日 時：10月20日(日)15:00～16:00  
会 場：長野市生涯学習センター  
行事内容：講演会  
「アトピー性皮膚炎の最新の進歩」  
信州大学 小川 英作先生

問 池川皮ふ科医院 ☎026-286-5656

日 時：11月10日(日)13:00～14:00  
会 場：なし(都内にてコンテンツ収録)  
行事内容：Webライブセミナー

問 東京都皮膚科医会事務局 ☎03-5332-1112

日 時：11月10日(日)13:00～16:00  
会 場：さいたま市民会館うらわ  
行事内容：公開市民講座  
「見逃さないで!皮膚が教える病気のサインー  
正しいスキンケアできていますか?」  
「皮膚に痒いブツブツ これって、アレルギー?!  
～湿疹の原因いろいろ～」  
さいたま市立病院 斎藤 京先生  
「爪に黒い筋 これって、かん?～爪の病気いろいろ～」  
埼玉医科大学国際医療センター 中村 泰大先生  
お肌のトラブル相談  
スキンケア製品展示・紹介

問 埼玉県皮膚科医会 ☎048-824-2611

日 時：11月3日(日)13:30～15:30  
会 場：横浜情報文化センター 情文ホール  
行事内容：講演会  
「エイジングと皮膚」  
ひふのクリニック人形町 上出 良一先生  
聖マリアンナ医科大学 門野 岳史先生  
Q&Aコーナー  
お肌のトラブル相談コーナー  
無料肌年齢測定コーナー  
スキンケア製品展示・紹介・配布コーナー

問 こばやし皮ふ科クリニック ☎0466-28-4112

日 時：11月10日(日)14:00～14:45  
会 場：山梨県医師会館 講堂  
行事内容：市民公開講座  
「かゆい皮膚病」  
柴垣医院 柴垣 直孝先生

問 ふるはし皮膚科クリニック ☎055-252-8855

日 時：11月2日(土)  
会 場：フレスタワー  
行事内容：皮膚の無料相談 13:30～14:20  
市民公開講座 14:30～15:30  
「水虫のお話(仮)」  
磐田市立総合病院 橋爪 秀夫先生

問 三田クリニック ☎053-439-4112

日 時：11月10日(日)14:00～15:30  
会 場：富山県立中央病院 5階ホール  
行事内容：講演会  
「皮膚科医が語る一老化和病気の予防策」  
真生会富山病院 花川 博義先生  
「乾癬ー基礎知識から最近の話題までー」  
富山大学 三澤 恵先生

問 大島ひふ科医院 ☎0766-27-4111

日 時：11月10日(日)13:00～  
会 場：ホテル金沢  
行事内容：講演会  
「尋常性乾癬と疣贅(予定)」

問 金沢医科大学皮膚科学教室 ☎076-286-2211

**福井県**  
日 時: 未定  
会 場: 未定  
行事内容:

**問**  
**岐阜県**  
日 時: 11月3日(日)13:00~15:30  
会 場: 岐阜大学サテライトキャンパス  
行事内容: 公開市民講座  
「演題・演者 未定」

**問** 岐阜大学大学院医学系研究科皮膚病態学 ☎058-230-6391 \*

**愛知県**  
日 時: 11月10日(日)  
会 場: 愛知県医師会館 8・9階  
行事内容: 講演会  
「身近な皮膚疾患」  
藤田医科大学 大杉 一充先生  
皮膚科専門医による皮膚疾患の無料健康相談  
花王(株)による肌解析とスキンケアアドバイス

**問** 渡辺皮フ科クリニック ☎052-892-4141 \*

**滋賀県**  
日 時: 11月10日(日)14:00~15:45  
会 場: ロイヤルオークホテル  
行事内容: 講演会「皮膚科医が勧める美肌作りとは」  
「紫外線対策は美肌作りの第一歩」  
だんの皮ふ科クリニック 段野 貴一郎先生  
「しみ、にきび、肌荒れのスキンケア」  
マキ皮フ科クリニック 若林 麻記子先生  
無料医療相談会

**問** だんの皮ふ科クリニック ☎077-551-1706 \*

**京都府**  
日 時: 11月10日(日)13:30~15:40  
会 場: 京都大学芝蘭会館 稲盛ホール  
行事内容: 講演会 「もっと知りたい皮膚のこと」  
「皮膚が干って、どんなもの?」  
小川皮フ科医院 小川 純己先生  
「なぜ、かゆみをとめたいといけないの?」  
谷岡皮フ科クリニック 谷岡 未樹先生  
皮膚の病気の相談タイム 14:40~15:40

**問** 京都皮膚科医会 ☎075-354-6105 \*

**大阪府**  
日 時: 11月10日(日)  
会 場: 毎日新聞社 オーバルホール  
行事内容: 講演会  
「日常生活で注意したい虫による皮膚病」  
兵庫医科大学 夏秋 優先生  
「帯状疱疹ってどんな病気?—治療と予防の最新情報—」  
愛知医科大学 渡邊 大輔先生

**問** 大阪皮膚科医会事務局 ☎06-6453-3651 \*

**兵庫県**  
日 時: 11月9日(土)15:00~17:00  
会 場: 神戸国際会館 セミナーハウス8階  
行事内容: 講演会  
「ニキビの悩み 早く解決しましょう!」  
明和病院 黒川 一郎先生  
「皮膚のできものあれこれ—あなたにもありませんか?」  
気になる皮膚腫瘍」  
神戸大学医学部附属病院 藤原 進先生

**問** 鶴皮膚科医院 ☎078-591-6031 \*

**奈良県**  
日 時: 11月10日(日)11:00~  
会 場: 奈良県文化会館 小ホール  
行事内容: 講演会  
~よくみられる爪の悩み~爪水虫についてのお話  
あゆみ皮フ科クリニック 平井 麻起子先生  
「皮膚を守ろう!床ずれとスキンケアの予防とケア」  
天理よろづ相談所病院 在宅世話どりセンター  
中村 義徳先生  
皮膚科なんでも無料相談会

**問** 山科皮膚科医院 ☎0743-53-8855 \*

**鳥取県**  
日 時: 11月21日(木)14:00~  
会 場: 米子市文化ホール 多目的ホール  
行事内容: 公開健康講座  
「ヌカカ(干拓虫)対策と最近の虫よけ事情」  
鳥取大学 大谷 眞二先生

**問** わたなべ皮膚科 ☎0859-21-8612 \*

**島根県**  
日 時: 11月14日(木)14:30~15:30  
会 場: 出雲市駅ナカ赤ちゃんルーム  
行事内容: 出張セミナー  
「乳幼児のスキンケア、正しい洗い方、皮膚との付き合い方」  
山田皮膚科医院 山田 義貴先生

**問** 福代皮膚科 ☎0853-22-0125 \*

**岡山県**  
日 時: 11月23日(土)10:30~11:30  
会 場: 岡山県医師会館 三木記念ホール  
行事内容: 市民公開講座  
「未定」 岡山大学 森実 真先生  
皮膚疾患無料相談 11:30~12:30

**問** 服部皮膚科アレルギー科 ☎086-254-2323 \*

**広島県**  
日 時: 11月17日(日)9:00~11:30  
会 場: 広島市健康づくりセンター  
行事内容: 皮膚科無料相談会

日 時: 11月17日(日)10:00~11:00  
会 場: 広島市健康づくりセンター 健康科学館  
行事内容: 皮膚の健康教室(詳細未定)

**問** しんどう皮ふ科アレルギー科 ☎082-510-1322 \*

**徳島県**  
日 時: 11月24日(日)14:00~15:00  
会 場: ふれあい健康館  
行事内容: 市民公開講座  
「未定」

**問** あなん皮フ科クリニック ☎00884-24-3677 \*

**香川県**  
日 時: 11月17日(日)14:00~16:00  
会 場: 丸亀町レッツホール  
行事内容: 皮膚がん無料相談

**問** 森岡皮膚科医院 ☎087-834-1011 \*

**愛媛県**  
日 時: 11月10日(日)13:00~16:00  
会 場: 松山三越  
行事内容: 講演会  
「アトピー性皮膚炎の治しかた」  
愛媛大学 佐山 浩二先生  
ほころ相談会  
爪相談会

**問** 町野皮フ科 ☎089-957-4100 \*

**高知県**  
日 時: 11月9日(土)14:00~16:00  
会 場: 総合あんしんセンター 3階大会議室  
行事内容: 講演会  
「皮膚科の診察と検査について」  
高知赤十字病院 藤岡 愛先生  
皮膚病無料相談会  
皮膚がんとリアージ

**問** 横川ひふ科クリニック ☎088-856-8781 \*

**福岡市**  
日 時: 11月4日(月)10:00~12:00  
会 場: リファレンス駅東ビル会議室  
行事内容: 講演会  
「身近に見るかもしれない皮膚疾患」  
福岡大学 内藤 玲子先生  
「ライフスタイルと皮膚トラブル」  
産業医科大学 大森 俊先生

**問** 日野皮フ科医院 ☎0940-43-5521 \*

**久留米市**  
日 時: 10月6日(日)13:00~15:00  
会 場: 久留米シティプラザ 4階中会議室  
行事内容: 講演会  
「アトピー性皮膚炎の現状と変遷」  
久留米大学 田尻 真貴子先生  
「ライフスタイルと皮膚トラブル」  
久留米大学 南里 文先生

**問** 久留米大学医学部皮膚科教室 ☎0942-31-7571 \*

**佐賀県**  
日 時: 11月17日(日)14:00~15:00  
会 場: 佐賀市文化会館 3階大会議室  
行事内容: 市民公開講座  
「床ずれ(褥瘡)って?」  
唐津赤十字病院 井上 寛子先生  
「糖尿病と足病変」  
佐賀大学 桑代 麻希先生

**問** 凌皮膚科医院 ☎0952-23-3226 \*

**長崎県**  
日 時: 11月2日(土)15:00~16:30  
会 場: 長崎市医師会館  
行事内容: 市民公開講座  
「日常で遭遇する皮膚のトラブルと  
スキンケアのこつ(仮題)」  
長崎大学 室田 浩之先生

**問** おがわ皮ふ科アレルギー科 ☎095-830-1112 \*

**熊本県**  
日 時: 10月27日(日)  
会 場: 熊本市国際交流会館  
行事内容: 市民公開講座  
「演題・演者 未定」

**問** よう皮ふ科医院 ☎0996-63-1112 \*

**大分県**  
日 時: 11月3日(日)14:00~15:30  
会 場: コンパルホール  
行事内容: 市民講演会  
「皮膚科の診察室から」  
上尾皮膚科 上尾 大輔先生  
「肌荒れや花粉症で食物アレルギーに!」  
食物アレルギーの新常識」  
大分こども病院 宮本 麻子先生

**問** 大分大学医学部皮膚科医局 ☎097-586-5882 \*

**宮崎県**  
日 時: 11月10日(日)14:00~15:30  
会 場: 宮日会館 11階ホール  
行事内容: 講演会  
「健康長寿のために  
ビタミン(13種)のことを精しく知ろう」  
青木皮膚科 出盛 允啓先生  
皮膚科医療機関掲示用ポスター作製  
「ほっとした皮膚病、ヒヤリとした皮膚病」

**問** ならはら皮膚科医院 ☎0986-22-1455 \*

**鹿児島県**  
日 時: 11月17日(日)13:00~15:00  
会 場: TKPガーデンシティ鹿児島中央  
行事内容: 公開講座  
「肌の仕組みから考える正しいスキンケア」  
ひふ科形成外科西クリニック 西 正行先生

**問** 皮フ科内宮医院 ☎099-222-1872 \*

**沖縄県**  
日 時: 11月10日(日)13:30~15:30  
会 場: 国立劇場おきなわ  
行事内容: 市民公開講座  
アトピー性皮膚炎  
皮脂欠乏性湿疹

**問** しんはま皮ふ科 ☎098-936-4035 \*



フリーアナウンサー 関根 友実

ものごころつく前の話になりますが、母の弁によれば、生まれたばかりの私の肌は、何の問題もなくつやつやしていたらしいです。ただ、生後間もなく「幽門狭窄症」という、胃の幽門部(胃の出口)が狭くなってミルクが流れないために嘔吐を繰り返す病気を発症し、そちらの治療の方が大変だったようです。ちょっとした吐き戻しとは違い、授乳のたびに飲んだそのままのミルクをまるで噴水のように勢いよく吐き出すという症状で、栄養が小腸へいかないため体重の増えも悪く、脱水や低栄養になってしまいます。心配になった母は新生児だった私を連れて病院に何度も通い、もう少しで外科的治療という段階になりましたが、なんとか点滴や服薬で幽門部のけいれんが治まったために、手術には至りませんでした。まだ幼かった姉を家に残しておくわけにもいかず、小さな二人の娘を連れて、母は何度も病院を往復してくれていたのだと思います。

ミルクが飲めるようになった私はすくすくと育ち、おかげさまで子供の頃から身長が一番後ろでした。でも、満一歳のころに麻疹と飛び火が併発した後にアトピー性皮膚炎を発症し、劇症化して入院生活。一か月ほどで回復してきたものの、慢性化した発疹は治らず、私を連れて母の病院通いはまた復活しました。アトピー治療に詳しい素晴らしいドクターがいるよとか、あの治療法が良いらしいと耳にすると、遠くまで私を連れて診察を受けに行ってくれました。私はほんやりした記憶しかありませんが、母は私の皮膚の状態に常に一喜一憂していたと思います。今も母には感謝の気持ちでいっぱいです。幼すぎた私には自分に起きている状況が理解できていなかったけれど、医師から深刻な状況を伝えられるたびに母は幼き私のことを思い可哀相で泣いていたといいます。営業マンだった父は熱血サラリーマンでしたので、夜寝静まってから家に戻る生活を続けていましたが、休みの日には私の背中をさすってくれたり、大好きな怪談話をしてくれたり、優しい父ではありましたが、子どもの病院通いということになると、専業主婦であった母が一挙に背負い込んでいたミッションでした。心細かっただろうし、不安だっただろうと、当時の母の苦勞を思うと胸が詰まります。自分が親になって改めて痛感します。

親に心配と迷惑をかけた分、しっかりと生きなくてはと思って仕事を続けてきておりますが、放送現場と同時に医療現場で働いているのは、どこか縁のようなものを感じます。幼いころから病院や診療所に通いながらいるせいか、不思議と病院や診療所にいるのが落ち着きます。待合室にいると気持ちが塞ぐ方もおられると思いますが、私はいくらでも待ってられるタイプです。薬局も好きです。どんな経験も、時に自分の原動力にもなるし、安全基地にもなると感じます。病気など全くないに越したことはないけれど、ずっと病気を持って患者として生きてきた私にとって、体験は生きる糧でもあります。

**プロフィール**  
元朝日放送アナウンサー。女性初の全国高校野球選手権大会の実況を行う。現在は臨床心理士として心療内科に勤務。フリーアナウンサーとしてもテレビ・ラジオで活躍中。アトピー性皮膚炎・アトピー・白内障・アレルギー性副鼻腔炎・アレルギー性気管支喘息・蕁麻疹など、幼少期より様々なアレルギー疾患を経験。現在も家庭と子育て、仕事、自らのアレルギーに奮闘中。

## ちよっと 気になるニュース

### 乳幼児で一番気になる体調不良は肌荒れ

乳幼児さんが大きくなる過程では様々な問題が発生しますね。まずはミルクの時間でお母さんは睡眠不足。赤ちゃんを寝かせて、うとうとすると夜泣きやおむつの交換で結局、寝たような寝ていないような毎日が続きますね。そして、何かに被れるような事もよく起こりますね。抱っこしている時に、お母さんの胸あたりに顔を擦り付けてくる場合は、顔が痒いのかもかもしれません。また、お母さんの髪の毛や衣類がチクチクしたり、洗濯洗剤や柔軟剤に反応されているのかもかもしれません。

雪印ビーンスターク様による0~2歳児を持つお母さん800人を対象に行われた調査(2016年)では、乳幼児さんの体調不良で最も気になったことは「肌荒れ」が36%だったそうです。次いで「便秘」が26%、「夜泣き」が22%、「下痢」や「中耳炎」も10%以上あり、「アレルギー症状がある」という回答は7%という結果だったようです。アレルギー全体で最も多い疾患は、「食物アレルギー」で62%、「アトピー性皮膚炎」が52%、「アレルギー性鼻炎(花粉症)」が28%、「喘息」が19%と続きます。

肌荒れ対策の質問では、沐浴や入浴後にローションやクリームなどのスキンケアを行っているという回答した方は83%でしたが、その理由を聞くと、「肌トラブル予防」と答えた方は51%しかおられなかったとのこと。また、アレルギーの侵入器官が「鼻」と回答した方が70%、次いで「皮膚=53%」「目=49.5%」「気管=23%」「小腸=1%」という結果となり、皮膚も侵入経路であることを知っていた方は53%でした。約半数の方が、経皮感作によるアレルギーの侵入を意識せずスキンケアは行っていたことになりすね。約3年前の調査ですから、もう少しスキンケアに対する認識は上がっていると思いますが、意識せずのスキンケアでは十分量の保湿が出来ていない可能性も考えられますね。

乳幼児さんの湿疹はもちろん、アトピー性皮膚炎の予防に。また、食物アレルギーをひどくしない。増やさないためにも、しっかりとスキンケアで、たっぷりのスキンシップが乳幼児さんとお母さんにとっても、とても大切な時間になるのかもかもしれません。

着心地いつも爽やか **抗菌防臭・消臭**

**クラビオン**  
CRABYON



抗菌防臭加工  
認証番号 29Y94

品名:「クラビオン」シリーズ



日本アトピー協会  
S 812500 A

●クラビオンとは

甲殻類から採れるキチンを独自製法で再生し、抗菌防臭、消臭などの衛生機能を付加。デリケートなお肌の方にも安心してご利用いただける、「人にやさしい」レーヨンです。

●抗菌防臭、消臭、着心地いつも爽やか

優れた抗菌効果を持つ天然由来成分のキチン・キトサンの効果で清潔感をキープ。細菌の繁殖を防いで気になる汗のニオイも防止します。更に汗そのものの消臭にも優れています。抗菌防臭加工の設定基準にも適合しています。

●低刺激で、敏感肌にも安心

クラビオンに使われるキチン・キトサンは健康食品の原料にも使用されています。赤ちゃんやお年寄りをはじめデリケートなお肌の方にも安心してご利用いただけます。

**オミケンシ株式会社** 541-8541 大阪市中央区南本町4丁目1-1 TEL.06-6210-5318 omikenshi.co.jp

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 あとぴいなう

通信紙「あとぴいなう」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など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あ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 1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

大阪府済生会中津病院

小児科・免疫アレルギーセンター部長 清益 功浩 先生

大阪の中心地、梅田に近く位置する大阪府済生会中津病院。同院では、豊富な知識と経験をもったアレルギー専門医が治療を行っています。小児科・免疫アレルギーセンターの部長を務められる清益功浩先生に、小児アレルギー疾患の現状、治療について伺いました。

——先生が小児科医をめざされたきっかけなどございますか。

父親が小児科医ということもあるのですが、小さいときに仕事場に行ったことはあまり記憶にないですね。でも、小学校の卒業文集には、将来の夢は具体的に医師か外交官と書いています。小児科医になって思うのは、子どもには未来があって将来を担っていく存在であること。小児科特有な部分は、診察時には問診を子どもからとれないので、親御さんと向き合わなくてはいけないことです。

以前は、大勢のお子さんの未病をめざせるために、厚労省で予防接種、ワクチンの仕事に進もうかという想いもありましたが、結局、医師として仕事をすることにしました。子どもって症状も治療したときも反応が早いので、小児科医は先を見て治療していかないといけないと思っています。例えば肺炎球菌は、ワクチン接種するようになって髄膜炎が減って少しほっとしていますが、髄膜炎は時間との勝負でプレッシャーが大きい分、後遺症がなく治療がうまくいくと良かったと思うこともあります。ワクチンは病気になるまでに打たないといけないので、病気になるようワクチンを打って、外で元気に遊んでもらうのが一番理想だと思います。

——貴院にはアレルギーセンター・産婦人科もあり、アレルギー疾患を持つ乳幼児への対応などお聞かせください。

当院は、免疫アレルギーセンターという標榜があり、アレルギーが気になる患者さんが口コミで知って来院する方が多くおられます。皮膚の症状であれば1ヵ月検診の際、湿疹があれば保湿、必要なら薬を処方して早期に治療を始めます。保湿をするとアトピー性皮膚炎の発症が抑えられる報告があり、感さ(IgEが陽性になること)も抑えることはあります。食物アレルギーまでは抑制できるとの報告はまだないようです。アトピー性皮膚炎の場合は、PAE(小児アレルギーエデュケーター)もスキンケア指導を行います。泡の立て方、洗い方など衛生面を説明した後、薬の塗り方、一般的なスキンケアを具体的に指導します。ステロイド外用薬については、ステロイドの副作用も何パーセントあるかなど詳しく伝え、乳児なら1歳ぐらいまでは酒さ様皮膚炎や血管拡張、皮膚委縮は少ないので1歳までにしっかり治しましょうねと説明します。

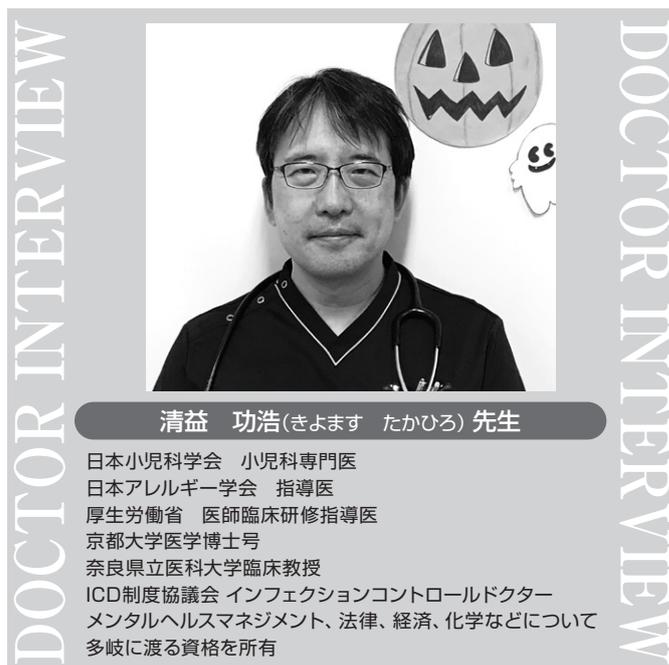
——小児アレルギーの治療、舌下免疫療法、食物負荷試験、経口免疫療法についてお聞かせください。

小児の花粉症は低年齢化していて2、3才ぐらいから感さを受けて、早い人で4、5才ぐらいから発症する印象を受けます。2歳代で花粉症になることは少ないと思いますが、そのころは常に鼻水が出ているので診断が難しいです。

スギ花粉について舌下療法をする方は増えています。5歳から保険適応になっているので、早期に介入するメリットが出てきました。花粉症がひどくなる前にいき、もし効けばそのままドラッグフリーで過ごせる可能性があります。舌下免疫療法は、毎日続けるモチベーションが保てるかが重要。習慣にできない場合なかなか先に進まないのですが、ちゃんとやれば効果は70%ぐらいあります。診察で毎日続けられるかと聞いて、がんばると言ったお子さんは続くことが多いです。舌下免疫療法の開始は、飛散前の12月までに始めた方がよいです。早い人は3か月ぐらいから効果が感じられますが、子どもでは夏休みに始めるのとよいかもしれません。必ず1週間後診察に来て、腫れていないかなど確認し、舌下したあと激しい運動をやめてもらうなど指導もあつたので、最初の月には最低2回は来院が必要です。

食物負荷試験を勧めるのは1歳過ぎてからですね。IgEの数値が高い子は、常に閾値(症状のでる量)を見ながらの負荷試験になります。食物アレルギーは10人いればみんな閾値が違うので、なかなか標準化できないところが難しいですね。

経口免疫療法は、ある程度食べられていても一時期やめてしまうと、また症状が出てしまうこともありますし、食物アレルギーが治ったという根拠となる検査などありません。もしかしたら、食べ続けているので症状がない状態を保っているだけということもあるので、完治の判断が難しいという点もあります。完治も大事ですが、閾値を上げて、仮に誤食しても、エピペンを持っていても使う必要のない状況になることがゴールの1つと考えています。



清益 功浩(きよまさ たかひろ) 先生

日本小児科学会 小児科専門医  
日本アレルギー学会 指導医  
厚生労働省 医師臨床研修指導医  
京都大学医学博士号  
奈良県立医科大学臨床教授  
ICD制度協議会 インフェクションコントロールドクター  
メンタルヘルスマネジメント、法律、経済、化学などについて  
多岐に渡る資格を所有

——治療に不安を感じる保護者方への対応はいかがですか。

アトピー性皮膚炎を例にすると、ステロイドに対する不安から、治療がうまくいなくて、ひどい状態で来院される方もあります。まずは子どもの発達も考えて、かゆくて寝れないとか、掻いてストレスがあるなら少しでも良くなるように少し先を見てあげないといけません。

治療の成果が見えにくいと不安になると思います。良くなった状態を見ないと信じ難いですよね。ステロイドをしっかり塗れていないならちゃんと塗ってきれいな状態を一度でも経験してもらおうようにしています。

アトピー性皮膚炎なら1週間塗ってこれぐらいきれいになるとか、我々の臨床経験からもとづく具体的なことを伝えます。これで効かなかったら次こういう治療しますよと、まず具体的な見通しを伝えることが重要です。人間って何が不安かという、先が見えないことだと思います。もし結果が出なければ、我々臨床医が結果を見た上で、薬を変えたほうがいいのか判断します。ステロイドの種類を変えたり、プロピックを使用したり、何らかの形でいい場面を見せてあげなければいけない。我々はプロと呼ばれているのだから、やはり結果をださなければいけないと考えています。

思春期が1つのポイントです。治療がうまくいかず苔癬化したような状態になってしまうと、大人のアトピーに移行してしまいます。思春期の皮脂がしっかり出てくる時期までに、がさがした状態にならないよう皮膚をいい状態に持っていけるようにする。それを伝えることで、なんとく長期戦なんだと理解もいただけたらと思っています。

良くなってきたら薬の減らし方が大切です。悪化するにはその減らし方に問題があります。良くなっても続ける理由をきちんと説明します。ネガティブなこともポジティブなことも両方伝えることが大切です。

——保護者の方へメッセージをお願いします。

子育てに正解はありません。すべて試行錯誤です。多様な価値観の中、絶対的なものはそう多くはありません。子育てに王道はないので、こういう子育てをしたからみんな優秀になるかという違いはありますね。

そして、子どもには、怒らずに叱るようにしてほしい。「怒る」と「叱る」には違いがあります。「怒る」のは自分の気持ちをぶつけてしまう。「叱る」というのは相手目線。相手を向上させたいから叱るのであって、できないから怒るのではなく、できないことをできるようにしてあげたいという想いで叱る。理想はそうなんですけど、実際はうまくいかないと思います。1つの方法として、怒るときは6秒待つと良いでしょう。その6秒で冷静に判断できるようになるようです。

——先生の趣味や楽しみなど教えてください。

勉強することが好きです。勉強といっても、医療に限らず疑問を持ったら調べる。気になったらまるクセがありますので資格を取ったりするのでしょね。あとは三国志をはじめ歴史全般に興味があります。趣味は映画観賞。特に権謀術数(けんぼうじゅつすう)がからむようなスターウォーズのようなSFが好きですね。

今日は、貴重なお話、ありがとうございました。(文責 三原 ナミ)

