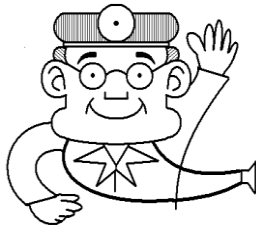


第175回 “いのち” を考える会 報告



—聴覚障害者の医療を考える会—

2019年5月23日(木) 18時30分～20時30分

あすてっぷ KOBE セミナー室5

参加者28名(うち聴覚障害者8名)

テーマ:「子どものアレルギー」～若いお母さんのために～

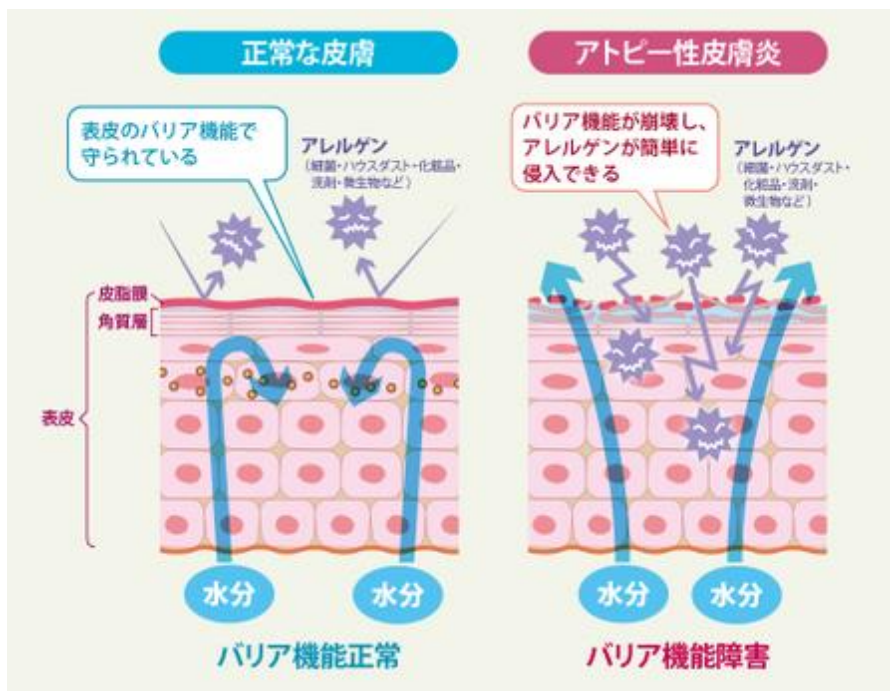
講師: ^{もりおか よしお} 森岡 芳雄 先生 (東神戸病院 小児科 / 東灘区)



じんましんや湿疹が出た場合は、
湿疹の色や範囲がわかるようにスマホなどで写真を撮ってお
いてから、皮膚科を受診することがベストです!!

●アトピー性皮膚炎とは??

- ・かゆみのある湿疹が悪くなったり良くなったりを繰り返しながら、慢性へと経過する病気
- ・アレルギー体質をもった人に発症することが多い
- ・湿疹は左右対称であることが特徴、年齢により湿疹のしやすい部位が異なる
- ・発症は乳幼児期からみられる
- ・原因はさまざまである



皮膚のバリア機能がこわれて、乾燥肌に
(赤ちゃんは皮膚が薄くバリア機能が壊れやすい)

かきむしる
(心因性、習慣性)

汗や紫外線、
衣服が触れる

湿疹(炎症)、かゆみ

- ・阪神大震災のときに子どもはアトピーがひどくなったが、大人は改善された人がいたことから、大人のアトピーは心因性が多いとも考えられる。
- ・恋愛、マタニティーブルー、マリッジブルーが原因で悪くなる人もいる
⇒いろいろな人がいろいろな原因でアトピーを発症している

●実は、アトピー性皮膚炎によっていろいろな影響が・・・

- ・皮膚の破壊と再構築を繰り返しているので、エネルギー消費が大きい。赤ちゃんにおいてはカロリー消費が多いので、発育が遅いこともある。
- ・皮膚構造が破壊されているので、水分と熱量の消失が大きい
症状がひどいと汗をかかない＝蒸発している、汗になるだけの水分がないということ。
湿度が高いと汗が出ない＝体内に熱がこもる＝体温コントロールが難しい
- ・バリアが壊れているので、皮膚感染症のリスクがある
- ・寝返りをしても痛みがある場合、睡眠が障害される
- ・かゆみによる集中力の低下
- ・いじめの対象となりうる など



かゆみや見た目だけの問題ではないのですね…

●アトピー性皮膚炎を悪化させるもの

- ・よだれ、汗、髪の毛、衣類、動物
- ・シャンプー、石鹸、化粧品、塗り薬
- ・紫外線
- ・貴金属、時計、汗、ダニ、花粉、動物など
- ・食物アレルギー、血行促進するもの（アルコール、香辛料）、腸内細菌、真菌
- ・ダニ、花粉、動物、真菌を吸ってしまうこと
- ・精神的ストレスや習慣的にひっかいてしまうこと
- ・睡眠障害を引き起こすもの（アレルギー性鼻炎、気管支喘息、精神的ストレス）

●アトピー性皮膚炎の基本的治療

- ・ステロイドの塗り薬（まず、皮膚の炎症をおさえる）



ワセリンなどで、炎症によってキズついた皮膚を保護
保湿も大事だが、それと同時に**表面を守る（保護）**ことが大事！



※塗り薬は、見た目によくなっても塗り続けること。完全に炎症が治まるまで。
(ひどいときはステロイド、免疫抑制剤を続ける)

- ・肌への刺激が少ない服にする
- ・汗のかきっぱなしを避ける
※汗をかくことは良いが、そのまま放置することが良くない。汗に含まれる塩分を好む菌が繁殖する原因になるため。汗をかかないことは、新陳代謝が低下しているということなので、運動して汗をかくべき。
- ・のみ薬
- ・気持ちを穏やかに過ごす
- ・食事療法
- ・特殊療法（紫外線療法、免疫療法など）



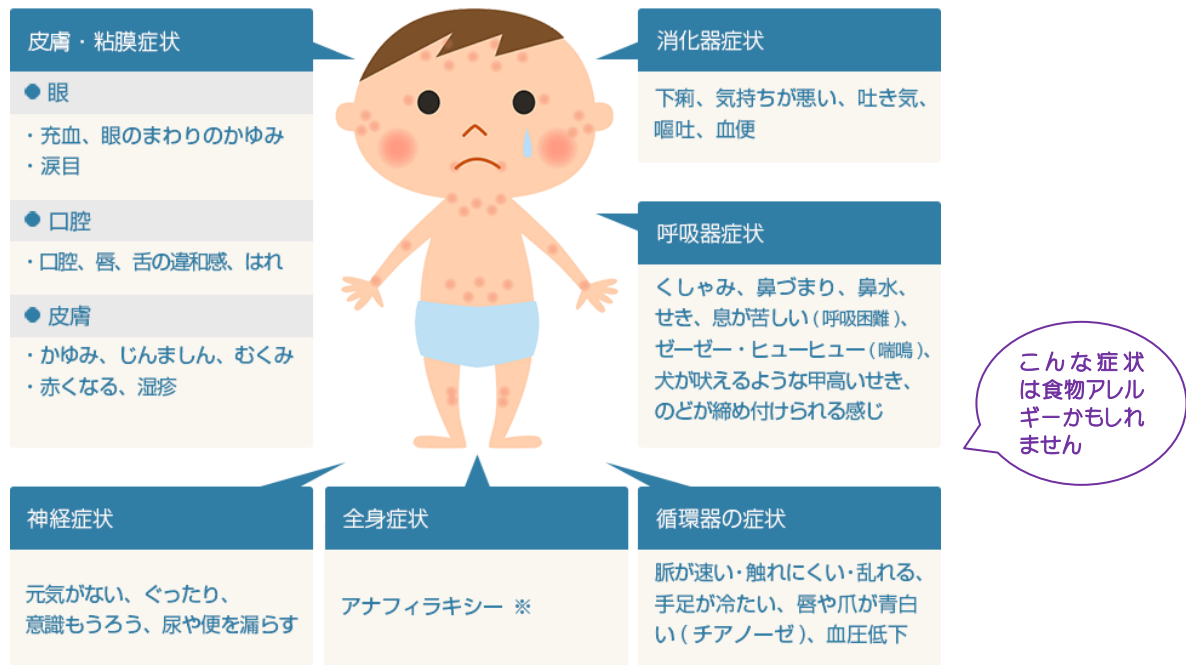
●アトピー性皮膚炎へのスキンケア

- ・汗や汚れを落として、清潔に！！
こすらない！ふかない！ → なでる、軽くおさえるように。初めは水で。
洗うことと、石けんやリンスが残らないように洗い流すことが大事。
- ・肌を保護する、肌を保湿する
- ・刺激を回避する（洗剤、柔軟剤、化粧品、髪染め、スイミングなど）
- ・髪が長い人は、髪の毛先が顔にかかるのを避ける



●アトピー性皮膚炎と食物アレルギーの関係

- ・湿疹やアトピー性皮膚炎があると、食物アレルギーになりやすい
- ・湿疹やアトピー性皮膚炎をステロイドの塗り薬などで炎症を抑えていると、食物アレルギーの重症化を抑えることができる
- ・食物アレルギーの症状として、アトピー性皮膚炎の症状が出ていることが多々ある



アナフィラキシーショック

アレルギーが原因で、皮膚、呼吸器、消化器など全身性に症状が現れ、ときに血圧低下などの強い症状をひきおこすこと。急速に症状は進行する。

●食物によるアナフィラキシー

- ・即時型：食べた直後～2 時間以内に発症することが多い（皮膚症状、いわゆるじんましんが一番多い）。
ただし、発症＝体内に吸収されてからの時間なので、満腹のときに原因の食物を摂った場合は、もう少し時間がかかることもある。
- ・発症してからは急速な経過をたどる
- ・即時型の症状がでたあとに、6～12 時間たってから別の症状がでる二相性のこともある
- ・致死的疾患である！！

- *喉がむくむことで窒息する（喉がむくむと声がかれたり、変な咳がでる）
- *ショック症状（全身の血液量の低下）により、臓器へ酸素が届かなくなる
- ・超微量の食物で起こる場合が多い

※食物アレルギーのある子をもつ親でも、アナフィラキシーへの認識度が低いというデータがある。アナフィラキシーは危険であること、体調変化があれば疑ってかかることを覚えておく。

●講演後の質疑応答より

（ろう者の質問）

- Q. 幼少期にサバを食べて突然じんましんが出た（それまでは食べても何も出なかった）。以来サバを食べないようにし、そして大人になって食べたらじんましんは出なかった。なぜ？
- A. サバでアレルギーが出る人の 50%は仮性である。サバは傷みやすく、傷んだサバを食べるとアレルギー反応起こることがある。25%はアニサキス（寄生虫）によるもの、本当のアレルギーは 25%。よって、仮性アレルギーだった可能性がある。



- Q. スズメバチに 2 回目刺されると危険だと言うが、1 回目でも危険？

- A. 1 回目から危険なこともある。

（1 回目）アサガバチ → （2 回目）スズメバチ

（1 回目）スズメバチ → （2 回目）アサガバチ でも、2 回目＝実質 1 回目が危険なことがある。

- Q. 部屋の掃除をしているのに、肌がかゆいのだが・・・

- A. 掃除はできていると思っても、完璧にはできていない。ダニは、気温 10℃以下&湿度 50% 以下では増えない。よって掃除の仕方以前に、常に、風通しをよくするために①整理整頓し、②換気をすることが大切。



（健聴者の質問）

- Q. ファンデーションの種類を変えたら顔が腫れてかゆかった。原因を調べることは可能？

- A. 皮膚にそもそもアレルギーがあった可能性もあるし。ファンデーションが触れることでアレルギーが出たなら、調べることは可能だが、実施している施設は少ない。