

第66回日本小児保健協会学術集会 シンポジウム 5

研究や活動を通してアレルギー予防に成功した事例の紹介

保健センター等と連携したアレルギーの
「保健指導」の試み

長岡 徹, 園部まり子 (NPO 法人アレルギーを考える母の会)

I. 相談活動を中心に、社会的な課題の解決に取り組む

NPO 法人アレルギーを考える母の会（以下、当会）は、代表の次男が重篤な喘息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、鼻炎、結膜炎などで苦闘した末に、専門医に出会って劇的に健康を回復した経験をもとに、平成11年、ともに悩んだ母親10人で発足した。患者を適切な医療（標準治療）につなぎ健康を取り戻してもらう相談活動（年間約400人）を中心に、患者も賢く適切な医療を知る学習懇談会や講演会活動、学校や保育所での対応、災害時の支援など患者の相談から浮かぶ社会的な課題を解決するために、国や自治体、関連学会などに建設的に働きかける活動を継続している。

取り組みの中で、日本アレルギー学会や日本小児アレルギー学会などの専門医との連携を深める一方、厚生労働省や文部科学省、消費者庁、内閣府等の担当部門に患者の実情や課題についての情報を届け、意見交換を継続している。こうした連携から、内閣府「避難所における良好な生活環境の確保に関する検討会」(平成24年)、消費者庁「外食等におけるアレルギー情報の提供の在り方検討会」(平成26年)、文部科学省「学校事故対応に関する調査研究有識者会議」(平成26年)、厚生労働省「アレルギー疾患対策推進協議会」(平成28年)、「免疫アレルギー疾患研究戦略検討会」(平成30年)など国の検討会等にも委員として参画するようになった。また日本小児アレルギー学会の「喘息治療・管理ガイドライン」、「食物アレルギー診療ガイドライン」の作成委員も拝命している。

相次ぐ災害の被災地でも活動を継続している。避難所やその後続く避難生活では、慢性疾患患者が抱える普段は見えない課題が集中して顕在化する。当会は



図1 北海道胆振東部地震の避難所、安平町スポーツセンターで（平成30年9月29日）

患者支援にとどまらず、被災地で患者の健康、広くは生活を支える自治体の保健師や栄養士、助産師などに、講師となるアレルギー専門医を同行して研修の機会を提供する協力を続けている。東日本大震災の被災地では発災以降、119回の研修会に6,960人、熊本地震被災地でも10回の研修会に769人の専門職などが参加（令和元年10月現在）し、西日本豪雨、北海道胆振東部地震（図1）の被災地でも協力を継続している。

II. 「適切な保健指導」が国の基本指針に盛り込まれる

アレルギー疾患は今や国民の2人に1人が罹患する「国民病」といわれる。その症状も軽い花粉症から命にかかわる喘息、食物アレルギーなどまで幅広い。発足から20年を迎えた当会の活動の中で変わらず感じているのは、重症患者を中心に、たまたま受診した医療機関で人生が左右されてしまうようなことが起きる「医療の課題」と、受けている治療が適切なのかどうか患者（保護者）自身がわからない「患者の課題」で

表1 新たな視点「保健指導」
アレルギー疾患対策の推進に関する基本的な指針
(平成29年3月21日)

第2 アレルギー疾患に関する啓発及び知識の普及並びにアレルギー疾患の予防のための施策に関する事項
(2) 今後取組が必要な事項について
ウ) 国は、地方公共団体に対して市町村保健センター等で実施する乳幼児健康診査等の母子保健事業の機会を捉え、乳幼児の保護者に対する適切な保健指導や医療機関への受診勧奨等、適切な情報提供を実施するよう求める。

あり、翻弄され途方にくれた患者から当会に寄せられる相談が減ることはない。

1. 出生直後, 出生前から取り組み始める

そうした実情を背景に、アレルギー医療の均てん化と患者の生活の質の維持・向上をテーマに掲げた「アレルギー疾患対策基本法」¹⁾が平成26年6月に成立、翌年12月に施行された。基本法に基づき厚生労働省に設置されたアレルギー疾患対策推進協議会は平成29年3月、施策を具体化した「アレルギー疾患対策の推進に関する基本的な指針」²⁾をとりまとめた。同指針には協議会委員を務めた当会代表などの提案が反映され「市町村保健センター等で実施する乳幼児健診等で適切な保健指導を行う」(要旨)ことが新たな視点として盛り込まれた(表1)。政策的な位置づけでは「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」, 「学校給食における食物アレルギー対応指針」, 「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」, 「保育所保育指針」等に示された学校や保育所等の対応から、より早い出生直後あるいは出生前の段階から取り組み始めることを意味しており、市町村保健センター等で活動する保健師、栄養士、助産師など専門職の取り組みの充実が期待される。

2. 「古い知識のまま不適切な指導をしてしまう可能性」も

これに加え「適切な保健指導」と記されたことには二つの視点があると考えられる。わが子の湿疹を「アトピー性皮膚炎か食物アレルギーか」と悩み、不安を抱えて健診に臨む保護者も多い。これまでに連携してきた保健師や栄養士などの多くも「乳児期の湿疹の相談を受けることが多い」と指摘する。一方、当会に寄せられる相談の中には、健診などの際に「湿疹は石鹸で洗わない方がよい」など、最新の知見に基づかない適切とはいえない指導を受けたケースに

表2 (現状) 保健センターで受けた指導, 患者から寄せられた声

- 5か月健診, 見てわかる湿疹が顔にあり皮膚もめくれてボロボロだったが, 母子手帳の健診の欄には「異常なし」とあり, 指導事項は空欄になっている。その日の日記には「保健師に皮膚科でいいところを聞いてみたけれどよくわからないようだった」と書いてあった。
- 開業医で食物アレルギーを診断された後, 1歳半健診で保健センターへ行った。「栄養指導は開業医で行う」と言われた。後日その開業医に聞いたら, 「栄養指導は保健センターでもらって」とたらい回しされた。
- 健診で保健師の栄養相談を受けた。「医師にしたがって早く特定した方がよい」, 「カルシウム不足が心配なら, 海老を食べさせる。食べさせる量を気にしていたら, 子どものためにならない。どんどん食べさせる」, 「家の近くでも, 病院でアレルギーを相談できているのだから十分」, 「見た目, アレルギーには見えないから平気でしょ」, 「アレルギーを気にしすぎ」と言われた。
- 助産師に「耳の上や下が切れる子は, アレルギーが何かしらあるから気をつけた方がいい」と言われた。
- 保健師や栄養士に健診や育児相談のとき, 「アレルギー大変ですね」, 「病院にはかかっているのよね?」と言われた記憶しかない。
- 保健センターでの健診の際, 保健師に湿疹について相談したら「石けんでは洗わない方がいい」, 「アトピーか乳児湿疹かわからないから病院で先生に聞いてみて」と言われ保健師の知識のなさに落胆した。離乳食の食事制限についても相談したが, 「卵や乳を遅らせたらいい」という回答だった。

も多く出合う(表2)。基本法に基づき国の中心拠点に指定された国立成育医療研究センターの大矢幸弘アレルギーセンター長は「古い知識のまま不適切な指導をしてしまう可能性があり注意が必要。善かれと思っで行っている指導が間違っていたことがいくつもわかってきており, そのことがかえってアレルギーを増やしてしまった可能性が指摘されている」と警鐘を鳴らしている。保健師などの専門職が小児のアレルギー疾患の病態や適切な対応, 保護者への適切な助言について理解を深める機会を増やしていくことが国や自治体, 日本小児保健協会など関係する機関に求められる。

3. アレルギーの発症予防に寄与することも期待

「適切な保健指導」がアレルギーの発症予防に寄与することも期待される。子どものアレルギーは乳児湿疹から始まり, いわゆる「アレルギーマーチ」をたどることも多い。一方, きめ細かな泡で体を洗い適切に保湿剤や軟膏を塗布する「スキンケア」を行うことで, アレルギー発症がハイリスクな乳幼児でもアトピー性皮膚炎の発症を3割以上減らせるとする高い信頼度の研究³⁾が日本の国立成育医療研究センターから発信さ

表3 保健センター等と連携した「保健指導」の試み

* (独) 福祉医療機構社会福祉振興助成事業
【平成29年度】
◎ 親子のための「スキンケア」講座事業
9 地域で11回の「講座」を実施, 703人が参加
【平成30年度】
◎ アレルギー発症を予防する「保健指導」事業
8 地域で14回の「講座」を実施, 836人が参加
【平成30年度】
* 年賀寄附金配分, (公財) キリン福祉財団助成事業
17地域で24回の「講座」を実施, 945人が参加
(合計: 49回の「試み」に2,484人が参加)
* 主な連携先
市町保健センター, 保健所・保健福祉事務所, 自治体の母子保健担当部門, 地域保健師協議会, 地域医師会, 大学など
* 「講座」形式で実施
午前: 子連れの親子が参加
午後: 開催自治体の保健師, 栄養士, 助産師, 医師, 看護師など

れている。この研究はアレルギー領域では世界で最もレベルが高いとされる米国のアレルギー臨床免疫学会誌に原著論文として掲載された。この研究を指導した前出の大矢幸弘先生は、「適切な保健指導を行うことでアレルギーの子どもを減らすことが可能になる。食物アレルギーの増加は離乳食の開始を遅らせていることが大きな要因になっている。適切な『スキンケア』を行うことについては新しいエビデンスがあり、ハイリスクな子どもでもアトピー性皮膚炎の発症を3割以上減らせることがわかっている。全員に行う必要はなく乾燥肌の子どもに行うことが大事になる。アトピー性皮膚炎はアレルギーマーチの根幹にあるので、『スキンケア』を普及させることでアレルギーは激減する可能性がある」と指摘している。

Ⅲ. 「試み」を保健センターなどと連携して継続

当会は「アレルギー疾患対策の推進に関する基本的な指針」に「保健指導」が盛り込まれた意義を踏まえて、(独)福祉医療機構社会福祉振興助成事業の助成金を活用し、平成29年度に「親子のための『スキンケア講座』事業」を、平成30年度には「アレルギー発症を予防する『保健指導』事業」で「保健指導」の試みを行った(ほかに年賀寄附金配分, キリン福祉財団の助成金も活用)。試みは市町村保健センター, 医療機関, 地域医師会などと連携し, 多くのアレルギー専門医や



図2



図3



図4

小児アレルギーエデュケーター(日本小児臨床アレルギー学会認定のアレルギー対応に詳しい看護師, 管理栄養士, 薬剤師)の協力を得て行った。

講座形式の「保健指導」の試みは, 2年間に34地域で計49回を数え2,484人が参加した(表3)。参加者も当事者である親子と保健師, 栄養士, 看護師, 助産師

などの専門職、自治体の母子保健担当者、地元医療機関の医師、看護学校、看護師や保健師を養成する大学からも参加するなど関心の広がりをうかがわせた。多くの地域では午前中に赤ちゃん連れのお母さん、午後には開催自治体の専門職を対象に行った。アレルギー専門医が講師を担当し、スキンケアの重要性や最新の医療情報など、母子や専門職それぞれに合わせた講義のほか、スキンケア実習、専門医による個別相談も実施した。乳児期は皮脂も多く汚れやすいことから、スキンケアの実習では参加者全員できめ細かな泡を作って素手で皮膚を洗い、十分な量の保湿剤を塗って感触を確かめる実習を行っている（図2, 3, 4）。

IV. 疾患や対応の理解に役立つ公的な資料も活用

アレルギーの理解に役立つ公的な資料も活用している。スキンケアについては横浜市が作成しホームページ上に公開しているパンフレット「知っておきたい乳児のスキンケア からだの洗い方、外用薬・保湿剤の塗り方実践法」（図5）⁴⁾を、了解を得て印刷し活用している。また喘息を中心にアレルギー疾患に関する正しい知識の普及のため患者や専門職向けのパンフレットやDVDを制作し希望者に無料で配布している（独）環境再生保全機構⁵⁾からも資料を取り寄せて活用しているほか、同機構がホームページで公開し誰でも閲覧できる「小児ぜん息等アレルギー疾患eラーニング学習支援ツール」⁶⁾から、きめの細かな泡の立て方、乳幼児の洗い方、軟膏や保湿剤の塗り方を解説した動画を活用している。

アレルギーについてはネット上などに必要のない検査を推奨するような玉石混交の情報が飛び交い、中には「アレルギービジネス」とも呼べるような患者を食い物にする情報もある。患者が誤りのない情報を選択できるようにすることも「保健指導」の大事な役割と考える。「保健指導」の試みに参加した当事者からは「湿疹で悩んでいたが、目から鱗の内容でスキンケアの重要性を実感した」、「もっと早く知りたかった」などの声が寄せられた。一方、保健師からは「発症予防は自分たちの仕事であることを再認識した」、「学んだノウハウを保健指導に活かしていきたい」など評価する声が寄せられている（表4）。

また平成30年度の（独）福祉医療機構の事業で実施した5会場で参加者548人にアンケート調査を依頼し430人から回答を得た（回答率78.4%）。アンケート結

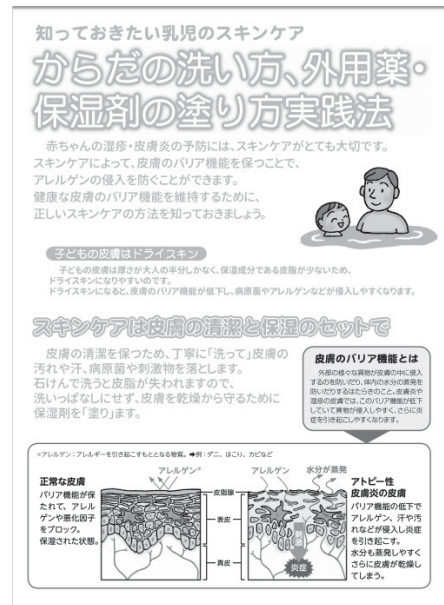


図5

表4 参加した感想（専門職）

- スキンケアに対する認識・理解が乏しかったと実感した。産婦さんはお子様に対して本当に熱心にケアされていると感じた。業務の中でどこまで詳しく丁寧に伝えられるかは今後の課題だと思う（保健師）
- 非常に勉強になった。家庭訪問で母親に伝えることで市民のアレルギーを予防できたらと思う（保健師）
- 情報がたくさんある（母親たちの中でも）中で、適切な情報を選び伝えていくことが大事だと思った（保健師）
- 乳児訪問をして保護者からいつアレルギー検査をすべきか聞かれることが多いので、保護者にも知識の普及が必要と感じた（助産師）
- 軟膏塗布の量、いつも悩みながらしていたので解決できた。エビデンスを提示して塗布する量を伝えられるきっかけになった（看護師）
- 乳幼児健診でスキンケアについて聞かれることもあるので習ったことを今後指導で活かしていきたい（保健師）
- わかりやすく、これからも伝えていきたいと思った。スキンケアの大切さをアレルギーで悩んでいる方にも改めてお伝えしていきたい（栄養士）
- 高齢者の方にもしっとり肌になってもらいたい。保湿剤や軟膏の塗り方不足だった。泡の立て方も不十分だった（看護師）
- 医療者は正しい知識を得て、相手がわかるように伝えることが改めて大切だと感じた。また、周囲の人とコミュニケーションを図り、チームで患者さんを支えていくことの大切さも再認識することができたので、日々の実習で意識していきたい（看護学生）

果でいずれの設問に対しても肯定的な回答が高率に上ったことには、希望して参加した人がほとんどという背景もあるが、適切な保健指導が必要であることを表していると思われた（図6, 7, 8）。

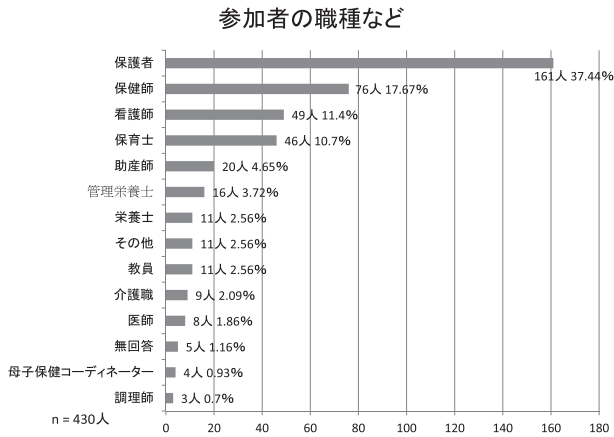


図6 参加者アンケート ((独) 福祉医療機構事業分)
 (独) 福祉医療機構の事業では5会場に参加者548人にアンケート調査を依頼し430人から回答を得た (回答率78.4%)。

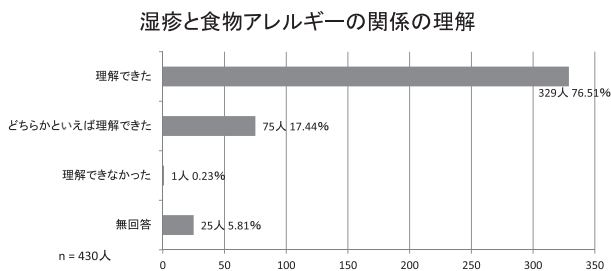
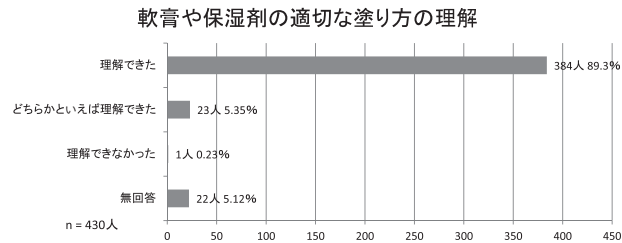


図7

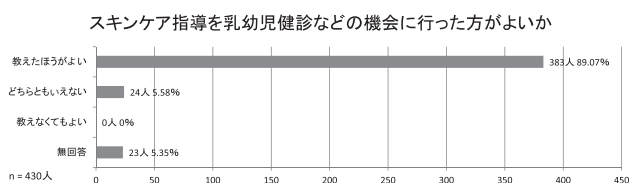
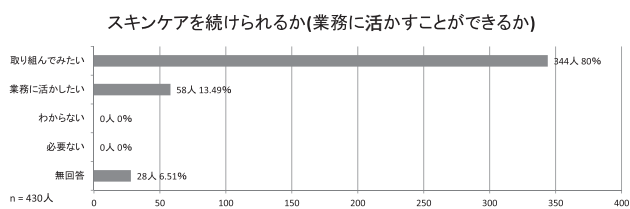


図8



図9

V. 厚生労働省研究班が「保健指導の手引き」を作成

当会は事業報告書を作成し、日本アレルギー学会、日本小児アレルギー学会、日本小児臨床アレルギー学会、日本公衆衛生学会などでの発表や、厚生労働省がん・疾病対策課、健康課、母子保健課などとの話し合いを通じて、健診に従事する保健師など専門職が活用できる「アレルギー保健指導マニュアル」の作成を要請した。

厚生労働省は平成30年度後半になって、厚生労働行政推進調査事業費補助金(厚生労働科学特別研究事業)研究「アレルギー疾患に対する保健指導マニュアル開発の研究」(研究代表者:足立雄一 富山大学大学院医学薬学研究部小児科学講座教授)を立ち上げ、「アレルギー疾患対策における公衆衛生の現状調査を行い、これまでに得られている研究成果等を集約し、アレルギー疾患の災害時対応や、発症予防・重症化予防のためのより良質な保健指導等を行うための、マニュアルの作成を目的とする」とした。そして平成30年度末に、「小児のアレルギー疾患 保健指導の手引き」(図9)が作成され、厚生労働省と日本アレルギー学会が運営する「アレルギーポータル」⁷⁾に掲載され、誰でもダウンロードできるようになった。「保健指導の手引き」が活用され、「アレルギーではないか」と不安を抱える母子に適切な保健指導が行われ、健やかな子どもの成長を後押しすることが期待されている。

当会はさらに、「アレルギー疾患対策の推進に関する基本的な指針」に保健師等の自己研鑽を促す施策等の検討を行うとされていることを踏まえ、トータルに疾患理解を深め、「手引き」がより適切、積極的に活用されることを目指して、専門職の自己研鑽や研修に役立つ「教育研修支援キット」などの資料を作成して公開するよう厚生労働省などに求めている。

文 献

- 1) アレルギー疾患対策基本法. https://www.mhlw.go.jp/web/t_doc?dataId=78ab4117&dataType=0&pageNo=1 (参照2019-08-31)
- 2) アレルギー疾患対策の推進に関する基本的な指針. https://www.mhlw.go.jp/web/t_doc?dataId=00010380&dataType=0&pageNo=1 (参照2019-08-31)
- 3) Horimukai K, Morita K, Narita M, et al. Application of moisturizer to neonates prevents development of atopic dermatitis. *J Allergy Clin Immunol* 2014; 134: 824-830. (参照2019-08-31)
- 4) <http://www.city.yokohama.lg.jp/kodomo/katei/kodomo-kenkou/skincareleaflet.pdf> (参照2019-08-31)
- 5) <https://www.erca.go.jp/yobou/pamphlet/form/index.html> (参照2019-08-31)
- 6) <https://erca.r-cms.jp/>
- 7) アレルギーポータル. <https://allergyportal.jp> (参照2019-08-31)