

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

パラダイムシフトと医療現場 大阪狭山市の例

田野 成美¹⁾, 芝辻 千歳¹⁾, 磯野富佐子¹⁾, 豊山 美里¹⁾, 出口祐基子¹⁾
 狗巻 佳代¹⁾, 矢倉ひとみ¹⁾, 竹内 美穂¹⁾, 遠所 朋子¹⁾, 岩永 幸²⁾
 新田 一枝²⁾, 竹村 豊³⁾, 井上 徳浩⁴⁾

要 旨

大阪狭山市立保健センターでは、乳幼児スキンケア講習会を2013年度から実施している。これはアレルギーをもつ子どもの母親が、治療のときにもっと早く知っておきたかったことを、自身や患者サークルメンバーの経験をもとに提案し、行政と専門医療が協力して立ち上げた事業である。

自身の治療では、正しい情報や自分に必要な治療にたどり着くのに時間と労力を要した経験から、まずはアレルギーに不安を感じている人たちが早期から正しいスキンケアにだけでもたどり着くことができるように、皮膚の早期治療の重要性を行政に伝えたところ、保健センターと専門医を交えてこの事業が開始された。実際のスキンケア講習会では専門医による講習を行い、医師の指導のもと保健師が一緒になって実演し、サークルとしては先輩ママであるサークルメンバーが経験を含め参加者と交流を持つ形式で行っている。開始して数年のうちに、アトピー性皮膚炎が保湿剤によって予防されることや、二重暴露仮説により食物アレルギーの感作についても予防の可能性が出てきた。雑誌などでも新常識と取り上げられることから、当初とは違う前提で医療のパラダイムシフトが起こり、参加者だけでなくサークルメンバーにも喜びの内容となった。

疾患を治すのは大変だが、予防対策は自治体レベルでもできることがあり、日常生活が大きく変わることに実感できた。大阪狭山市の乳幼児スキンケア講習会

を通じて予防対策、早期対応という枠組みで活動したこのような取り組みは、結果的には子育て支援につながったと考え、こうした自治体の活動が、子育て全般に、さらに全国に広がっていくことを願っている。

I. はじめに

医療は日進月歩で、後になって病気に対する考え方が大小さまざまに変化していることに気づくことがある。今回、著者たちが、自分の子育てや治療、活動を通じてその変化を痛感し、それに加えて早期予防・早期治療の大切さを感じたのでその経験をここに報告する。

現時点では、ガイドラインに基づいた標準治療が最良の治療とされているが、実際には、アレルギー疾患の医療には地域格差があることが現実であり、標準治療とされる治療にたどり着くことも、たどり着いていないのかも知らずにいることは多い。子どもが診断を受けた後でも保護者は、今どのような位置づけの医療であるか知る由もなく、年数が経ってからその医療がどのようなものであったか、子どもが成長してから気づくことも少なからず存在する。

また、アレルギーと診断されても、実際に治療を開始すると、保護者は、疾患や生活についての注意点などの情報も保護者自らがすべて手探りで情報収集しなければならない。アナフィラキシーやアナフィラキシーショックを起こしたわが子のために、少しでも頼りとなる情報が欲しい、一緒に共感できる仲間が欲しいとサークルを立ち上げた。情報交換を行うものの、

1) 大阪狭山食物アレルギー・アトピーサークル『Smile・Smile』

2) 大阪狭山市保健センター

3) 近畿大学医学部小児科学教室

4) 国立病院機構大阪南医療センター小児科

アレルギー疾患は一人ひとりで症状の出方も違えば、度合いも違うため、心の底からの共感はできなかった。本を読みインターネットで情報を調べ、いろいろな講演会にも出向いた。少しでも治る可能性があるならと病院に通い、民間療法も試した。だが本当に欲しかった「治すためには何をしたらよいか」という情報はわからなかった。症状が出たら薬を飲む。症状がひどくならないために無理をしない。そんな日々が長く続いた。さまざまな方面の人に協力してもらい、子どもの成長発達を幼稚園からその後の集団生活では無事に送ることができていたが、いつ爆発するかわからない爆弾を抱えているような状態での子育てはさまざまな不安が付きまとった。友だちと笑顔で遊ぶわが子に癒されつつも、不安や心配する気持ちが消えることもなかった。しかし、標準治療に出会い、スキンケアを行ったことでアレルギーの症状が軽減されていった。自分たちが追い求めていた治すための取り組みはスキンケアかもしれない。サークルメンバーも効果を実感し、症状が出にくくなることで不安やストレスも軽減していった。その経験をもとにして、アレルギーの子どもをもつ保護者にできるだけ負担の少ない子育てを提供できないかと、専門医と検討した「スキンケアへの取り組み」を市長に提案したところ、市の事業として実施されることになった。

II. 乳幼児スキンケア講習会が始まった経緯

大阪狭山食物アレルギー・アトピーサークル『Smile・Smile』代表である田野の子どもが予期せず粉ミルクによるアナフィラキシーショックを経験し、大阪狭山市立保健センターに相談した。これをきっかけに、食物アレルギーで同じように悩んでいる保護者との交流が始まり、大阪狭山食物アレルギー・アトピーサークル『Smile・Smile』（以下、サークル）を立ち上げた。当初は会員同士の情報交換を行っていたが、市販の本、インターネット、口コミなど、どれを見てもさまざまな治療方法があり、食べて良いのか悪いのか、その情報が正しいのか間違えているのかさえわからず、調べれば調べるほど混乱していた。のちに専門医への通院となり、そのころから日本小児アレルギー学会をはじめとした学術集会にも参加するようになっていった。学会で得た知識を自分の子どもやサークルメンバーに活かす中で、アトピー性皮膚炎におけるスキンケアの重要性を実感し、2011年に、まずは日本小児アレルギー

エドゥケーターを講師として招き、サークル主催で「スキンケア講習会」を開催した。参加者にはアレルギーやアトピー性皮膚炎で悩んでいた保護者や子どもはもちろんのこと、子どもに関わる保健師、助産師、管理栄養士、保育士や幼稚園教諭、看護師などさまざまな職種からの参加があった。実際に泡だてを体験してもらい、薬の量や塗り方を知ってもらうことで、正しい知識を共通認識できるようになり、それぞれの職場で活かすことができたという声や、保護者からは肌の状態が良くなりぐっすり寝てくれるようになったという声が聞かれた。正しいスキンケアの情報を知ることで肌の状態がきれいになるだけでなく、痒みが減ることで生活の質が向上する可能性があるならば、できるだけ早くにスキンケアの重要性を知ることが大切だと考えるようになった。どのようにすれば、保護者や子どもにスキンケアを伝えることができ、アレルギーになる子どもを減らせるのかとアレルギー専門医と意見交換を行った。2012年に大阪狭山市長に、スキンケアを早期に導入する重要性を伝え、スキンケアを学ぶための機会を作りたいと提案した。その結果、2013年から保健センター、アレルギー専門医、アレルギーサークルが協力して「大阪狭山市乳幼児スキンケア講習会」（以下、スキンケア講習会）にこぎつけることができた（表1）。

III. スキンケア講習会の概要

2013年度から大阪狭山市立保健センターにおいて、年に6回奇数月に実施している。対象者はおおむね4歳まで。新生児訪問、生後2か月頃の乳児家庭全戸訪問、乳幼児健診、市の広報、ホームページなどで周知を行っている。2013年のアンケートでは月齢中央値5か月、早くて生後1～2か月での参加もあった。講習会は、医師の講演のあと、保健師によるスキンケアの実演と医師の個別相談を並行して進めている。個別相談の順番を待つ時間に、保健師によるスキンケアの実演とサークルメンバーが参加した保

表1 スキンケア講習会実現までの足取り

2004年	患者サークルの立ち上げ
2010年	学会で行われたスキンケア講習会に参加した
2011年	サークル主催でスキンケア講習会を開催した
2012年	専門医との意見交換、協力要請 大阪狭山市保健センターとの意見交換 市長室訪問で、スキンケアの重要性について意見交換
2013年	大阪狭山市の事業としてスキンケア講習会の実施

表2 スキンケア講習会の流れ

	時間	内容
受付	13:30~13:35	対象児の相談記録用紙の準備
医師講演	13:35~13:55	乳幼児の皮膚疾患でよくみられるもの、 スキンケア、皮膚のバリア機能について説明
スキンケア 実演	13:55~	保健師によるスキンケアの実演 並行して、アレルギー専門医の個別相談 アレルギーサークル『Smile・Smile』による 泡立てや保湿剤塗布の実演
医師の 個別相談		
カンファレンス	全員が終了後	要フォロー児の確認

個別相談で受診の希望があった場合には相談に応じる。

保護者が継続した相談や支援を希望された場合には、大阪狭山食物アレルギー・アトピーサークル『Smile・Smile』とも協力して対応。

医師

- ・スキンケアの基礎知識
- ・個人相談



患者会

- ・個別実践
- ・おしゃべり



保健師

- ・洗い方・塗り方の指導

図 スキンケア講習会の様子

護者一人ひとりに寄り添いスキンケアを体験してもらっている(表2, 図)。

アレルギー専門医の講演として乳幼児の皮膚の特徴や乳幼児に多い皮膚疾患の解説、スキンケアの重要性や塗布する際のポイントについて説明している。

医師による個別相談においては、あらかじめ保護者に質問を書き出してもらい疑問に答えている。さらに、保護者がアレルギー専門医への受診を希望した場合には紹介も行っている。

保健師は、医師の指導のもと環境再生保全機構の冊子¹⁾を用いて日常生活での注意点や保湿剤の使用量等²⁾について説明し、赤ちゃん人形を用いてスキンケアの実演をしている。

サークルメンバーは保護者という同じ立場で共感しつつ、実体験を踏まえたスキンケアを続けていくポイントなどを伝えている。そして、その後の相談にも対応できるようにしている。

2014年からは、初年度に離乳食開始前の子どもをもつ保護者からの食物アレルギーも含めた離乳食開始についての質問も多かったことから、管理栄養士もスタッフとして加わり医師と連携して個別に栄養指導も行っている。

早期に専門医につなげるようにしているのはもちろんのこと、スキンケア講習会に参加することによって、同じ場で、一度に医師、保健師、管理栄養士やサークルメンバー等の多職種の人と自然に話ができることが、参加者にとって理解だけでなく安心にもつながっている。

IV. 患者会として取り組んでいること

サークルとして“先輩ママ”として行っていることは、わが子を治したいが、思うような結果が得られず不安になっている保護者に、未来を感じてもらうことである。今までの経験では、同じ薬を処方されていても、塗り方を正しくすることで、全く違う良い効果が

得られ、保護者や子どもも治療への意欲が向上する。良くなったという実感をとおして子どもはスキンケアを継続し、より良い状態を目指していく。

つまり、正しい治療に行き着いていけば改善の兆しを感じられ、保護者も子どもも自己効力感が得られ治療の成果も大きく違ってくるということである。正しい治療にたどり着いてない保護者を見ると、かつての自分もそうだったという気持ちになるとともに、同じ保護者として、今できることがあること、そして良くなるし、治るということを伝えていきたい³⁾。このように、一人でも多くの人アレルギー疾患の苦しみから抜け出して欲しいという想いを大切にサークル活動をしている。

V. 一緒に取り組むことの大切さ

大阪狭山市のスキンケア講習会には、湿疹があるけど元気だからこれくらいは大丈夫かと思ながらもなんとなく悩んでいる保護者、受診しているし、薬ももらっているのに良くなれないと感じている保護者、悩んでいないけれども来てみたという保護者などさまざまな方が来られる。このような方たちに保健センターという公共施設で講習会を実施することは、保護者にとって安心して気軽に参加でき、相談できる窓口が増えるだけでなく、健診だけではない場所として身近な存在に感じることができる。大阪狭山市の保健師や助産師はスキンケアの大切さを認識していることから、スキンケア講習会の開催だけではなく、子どもが生まれる前に行うママパパ教室や産前・産後サポート事業と、生まれてからの個別訪問などでも保護者がスキンケアについて知る機会を設けている。自治体の実施する講習会であれば参加しやすく、アレルギー専門医の話の聞けることは、保護者にとっては貴重な機会でも有意義なことである。

近年スキンケアという言葉は多く存在するが、乳児湿疹のスキンケアについては実際に薬を塗る段階になると「こんなに塗ってよいのか」と漠然とした不安や恐れが出てくる。一般的な講演会のように聞いて見るだけでなく、一緒にスキンケアを実践すると「この量を塗って正解なんだ」と安心し、そのあと自宅でも取り組みやすい。アレルギー専門医から話を聞き、保健師からのスキンケア実演を見て学び、サークルメンバーと一緒にスキンケアを行いながらさまざまな話をする講習会は、何よりも大きな効果を生むと考えている。

VI. 考 察

アレルギーの子どもをもつ親は、「今の治療で頑張ろう」と思うこともあれば、「本当にこのままの治療で良いのだろうか」と不安に思うこともある。自分たちが試行錯誤して標準治療に行き着き、自信をもって治療に取り組めるようになった経験から、まずはアレルギーに悩んでいる人たちが早期に標準治療にたどり着くことができないかとこれまで考えていた。今回のスキンケア講習会については、私たちが大阪狭山市の市長や保健センターに提案し、スキンケア手技の取得、疑問の解決、病気への早期対策や最近の知見を知ってもらう目的で、保健センターだけでなく近隣のアレルギー専門医と三者協働事業として開始することができた。子どもにアレルギー疾患があるなしにかかわらず、保健センターとのつながり、スキンケア手技の確認、現在の知識のブラッシュアップ、専門医という存在の認知とその役割はさまざまであり、ワクチンや感冒などとは違った一つの医療として考えることができ、これは結果として子育て支援として大きく成功裏に収めることができたと考えている。

そのスキンケア講習会も開始して数年がたち、状況が変化してきた。正しいスキンケアの情報を知ることには肌の状態がきれいになるだけでなく、生活の質が向上する可能性があるため、できるだけ早くにスキンケアの重要性を伝えたいと講習会を開催しているが、スキンケアをすることによりアトピー性皮膚炎の発症が抑えられることが報告された⁴⁾。さらに、乳児湿疹があればアトピー性皮膚炎に移行する可能性が高いというデータ⁵⁾などからも、湿疹のできやすい乳児期にスキンケア教室が提供できたなら、早期に専門医によって対応することができ、保護者が不安に過ごすことも軽減できる。さらには食物アレルギーを心配する母親が多いが、皮膚治療と併せての研究結果からは、乳児期早期の鶏卵摂取は鶏卵アレルギー発症を予防する⁶⁾ということまで報告され、2008年にLackの提唱した二重暴露仮説⁷⁾からは、私たち患者がこれまで指導されてきた治療としての食物除去とは異なり、まず皮膚のバリアを意識してスキンケアすることが大切と考えられ、今ではもしかすると皮膚のことを早くに聞いて自身の子どもに実践していれば食物アレルギーを意識せずに違った子育てをしていたかもしれないとさえ考えてしまう。実際、スキンケアをする時期によって食

物アレルギー発症の割合が異なってくるのが山崎⁸⁾らによって報告されている。大阪狭山市でスキンケア講習会が開始されたのは2013年からであるが、そのころからでも小児、とりわけ乳児の皮膚状態については扱いが異なってきており、実際、一般に市販されているアエラにおいて2016年の3月号で「アレルギーは皮膚から防げ⁹⁾、アレルギーマーチを避け、アトピー予防のカギは生後半年間の肌ケア」という見出しで海老澤、斎藤らの専門医が寄せている⁹⁾。こうした雑誌は一般の保護者の目に触れるものであり、ここでもこの時点で「新常識」として紹介されている。前述の鶏卵摂取についても、こうした皮膚の話にしても自分たちが指導されてきた十数年前とは前提が全く違っており、明らかにパラダイムシフトとっていい内容である。実際、周りで行われている医療を聞いていると、専門、非専門を問わず医療現場でのパラダイムシフトが起こっていることを、相談に来る保護者たちの認識からも感じることもでき、講習会参加の保護者や保健センターの職員と参加してくれた子どもたちの状態だけでなく、こうした変化を喜ぶことができた。

新しく正しい情報を知りたいのは当然だが、それがわからない時点から、日常生活が楽になるような皮膚治療をしたら、アレルギーの感作そのものが口からではなく皮膚からだと言われ始めただけでなく、医療内容もその方向にシフトしてきて、早い段階で専門の医療にという大阪狭山市の事業が実を結んだと考えている。保護者からの感謝だけでなく、子どもたちの経過が良いこと、専門医に相談、対策してもらえたことなどを含め、この事業は子育て支援としても、とても満足できるものとなった。

なった病気を治すのは大変だが、こうした疾患の予防対策は自治体レベルでもできることがあり、それによって日常生活はもちろん子どもの将来が大きく変わることが私たちにも実感できた。

アレルギーサークルとして、行政と医療の橋渡しをさせていただいたが、参加した保護者には未来への橋渡しになった方も多く、スキンケア講習会を通じて予防医療、早期治療という枠組みで活動したこのような取り組みが、結果的には子育て支援そのものにつながったと考えた¹⁰⁾。

VII. 結 語

疾患に対する早期対応、予防事業とは状態の改善と

ともに子育て支援へとつながっていった、その経過をここに報告させていただいた。これからもこうした自治体の活動がアレルギーだけでなく、子育て全般に、さらに全国に広がっていくことを願っている。

文 献

- 1) 大矢幸弘監修. ぜん息悪化予防のための小児アトピー性皮膚炎ハンドブック. 第1版14刷. 独立行政法人環境再生保全機構, 2008.
- 2) Long CC, Mills CM, Finlay AY. A practical guide to topical therapy in children. *Brit J Dermatol* 1998; 138 (2): 293-296.
- 3) 田野成美, 芝辻千歳, 磯野富佐子, 他. 治すという目標に向かって～患者会の取り組み～. *日本小児難治喘息・アレルギー疾患学会誌* 2015; 13 (2): 101.
- 4) Horimukai K, Morita K, Narita M, et al. Application of moisturizer to neonates prevents development of atopic dermatitis. *J Allergy Clin Immunol* 2014; 134 (4): 824-830.
- 5) Matsumoto K, Shimanouchi Y, Kawakubo K, et al. Infantile eczema at one month of age is associated with cord blood eosinophilia and subsequent development of atopic dermatitis and wheezing illness until two years of age. *Int Arch Allergy Immunol* 2005; 137: 69-76.
- 6) Natsume O, Kabashima S, Nakazato J, et al. Two-step egg introduction for prevention of egg allergy in high-risk infants with eczema (PETIT): a randomised, double-blind, placebo-controlled trial. *Lancet* 2017; 389: 276-286.
- 7) Lack G. Epidemiologic risks for food allergy. *J Allergy Clin Immunol* 2008; 121: 1331-1336.
- 8) 山崎晃嗣, 竹村 豊, 永井 恵, 他. 食物アレルギー発症予防を目的とした乳幼児早期の湿疹に対するプロアクティブ療法の効果: 後方視的ケースコントロールスタディ. *近畿大学医学雑誌* 2016; 41(1,2): 9-16.
- 9) 朝日新聞社. 大特集 アレルギー 6千万人社会. 週間アエラ. 2016年3月7日号 No10: 10-20.
- 10) 岩永 幸, 井上徳浩, 竹村 豊, 他. 大阪狭山市における乳幼児スキンケア講習会の取り組み. *日本小児難治喘息・アレルギー疾患学会誌* 2016; 14 (3): 285-288.