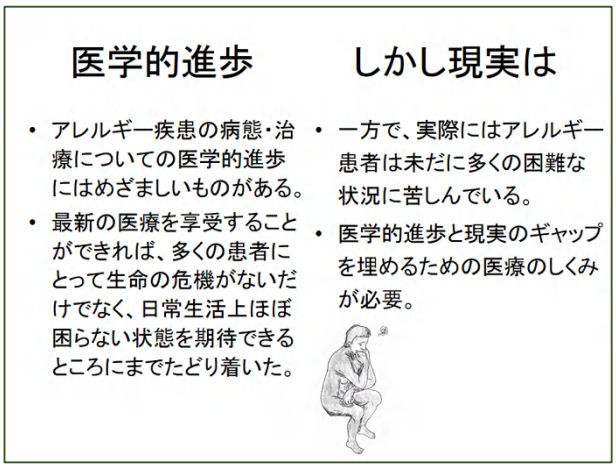
2016 年 2 月 3 日放送

子どものアレルギーケア　－小児アレルギーエデュケーター

神奈川県立こども医療センター　アレルギー科
医長　高増　哲也

アレルギーの病気といえば、気管支喘息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、花粉症などがあります。アレルギーの病気の症状は、喘息発作、かゆみのある湿疹、原因食物を摂取しておきるアナフィラキシーなど、いずれも生活に大きな影響を及ぼしかねません。

アレルギーの病気に対する医学の分野は、以前に比べるとずいぶんと進歩しました。以前には気管支喘息は子どもでも命を落とすことがある病気でしたが、今は気管支喘息で命を落とす子どもは激減しています。また、喘息発作で入院する子どももずいぶん減りました。アトピー性皮膚炎も、食物アレルギーについても同様で、アレルギーの病気は、今や医学上は生命の危機にならないばかりか、生活が困らない程度にコントロールできるところにまできています。それでも実際には、今でもアレルギーの病気で悩んでいる患者さんはとても多いのです。この医学の進歩と現実のギャップを埋めるための医療のしくみが必要となっています。



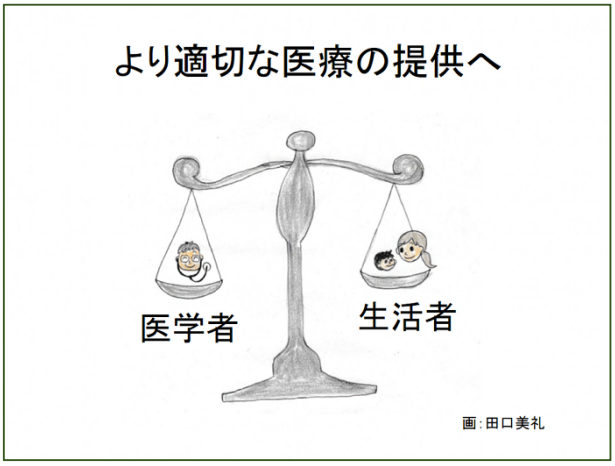
治療の内容を見ていきましょう。アレルギーの病気の治療には、大きくわけて、ふたつのものがあります。ひとつ目は症状が起きている時の治療、二つ目は症状が起きないように予防する治療です。症状が起きている時の治療は、気管支喘息でいうと、喘息発作が起きている時の治療で

す。たんを出して、気管支拡張薬を使うことで、呼吸が苦しい状態から、苦しくない状態にしていきます。アトピー性皮膚炎ではかゆみで困っている時の治療、食物アレルギーでは原因となっている食物を食べてしまって症状が出ている時に、抗アレルギー薬を飲んだりアドレナリンを注射したりする治療があります。

症状が起きないように予防する治療は、たとえば喘息の予防薬を毎日吸入したり、飲み薬を内服したりする治療がありますが、薬物療法だけではなく、環境整備などの生活上の注意、スキンケアや除去食、安全域食事療法なども予防の治療になります。これらは、どれも日常生活と密接に関わることばかりです。

たとえば、喘息の予防治療ではステロイド吸入の薬、アトピー性皮膚炎ではステロイドの塗り薬があります。これらは実際に炎症を起こしている粘膜や皮膚に直接くすりを届ける必要があり、上手な吸入法、外用法ができているかどうかで、治療効果も副作用対策も違ってきます。また、特にステロイドのぬり薬についてはばくぜんとした不安を持っているものです。使用法や副作用についての正確な知識の伝達も大事ですが、不安がどこから生じているのか、医療者の行動にその原因がないか、大いに見直す必要があります。

また、環境整備の中心的なものにダニ対策としての部屋の掃除の指導がありますが、ただダニが多いところを指摘して減らすための方法を伝達すると、生活上の負担ばかり増加して、実際の症状を軽減することに結びつかないことになりがちです。アレルギーの病気について、より適切な医療を提供しようとすると、医療者は医学者としての視点だけではなく、生活者としての視点を持って患者と接する必要があるのです。



患者本人と家族が進めていくべき治療を提案する中心的な役割は、これまではもっぱら医師が担ってきました。近年、生活上のより細やかな指導について医師以外の職種の占める役割が注目されています。たとえば看護師は、看護「看・護る」視点を持っていることから、生活に根ざした指導を得意としています。薬剤師は、薬物療法の実施指導として、手技の指導ばかりでなく、アドヒアランスを向上させる役割ももっています。管理栄養士は、食事・栄養についての指導を得意としています。これらの職種と協働することで、子どものアレルギーケアの質の向上につなげていく、キーワードとして「スキルミクス」という言葉が使われています。スキルミクスは多職種協働ともいわれ、医師と他のメディカルスタッフのチームの中で、それぞれの役

割の補完をしたり、分担を見直したりすることを指しています。

子どものアレルギーの分野のスキルミクスでは、看護師・薬剤師・管理栄養士が小児アレルギーエデュケーターという資格を取得して活躍しています。小児アレルギーエデュケーターは、日本小児難治喘息・アレルギー疾患学会が認定している制度です。小児アレルギーエデュケーターは、医師から依頼を受けて患者に生活指導をしたり、アレルギー児のキャンプに参加してスタッフとして活動したり、子どもに生活指導をしたり、市民や医療スタッフに講演をしたり、臨床研究活動など幅広く子どものアレルギーケア向上のための活動に取り組んでいます。

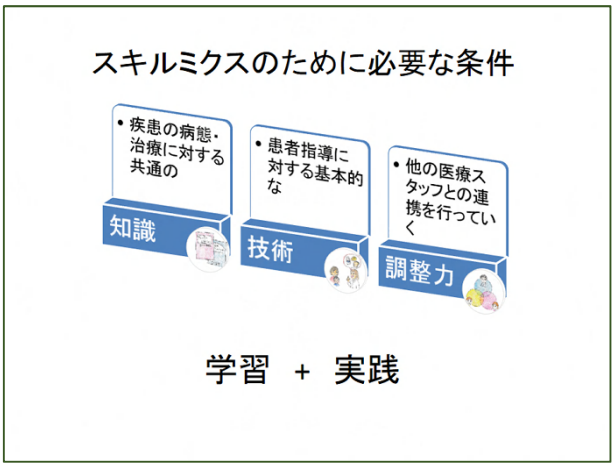
患者への指導について、その一部を紹介します。看護師が指導している内容で最も多いのが、スキンケアです。アトピー性皮膚炎の治療にとってスキンケアは大事な位置をしめていますが、石鹸の泡立て方、関節部位の皮膚を進展して丁寧に洗うこと、軟膏の塗り方などたくさんのポイントがあります。実際にやってみせたり、やってもらったりするので、手間もかかりますし、技術も必要とします。石鹸の泡立て方ひとつで、皮膚のコンディションがかわることにきづかされます。またたいていの場合、軟膏の塗り方を説明すると、こんなに薬を使うのか、と驚かれます。なるべく少ししか塗らないようにしていた、ということがわかり、治療がうまくいかなかった背景が見えてきたりします。全身に湿疹が広がっているのに、塗り薬は絶対に使いたくないという人がいました。看護師がお母さんの気持ちにじっくり寄り添うことからはじめて、ついには治療に前向きになったということもありました。

薬剤師が指導している内容で最も多いのが、吸入の仕方です。内服と違って吸入はその手技によって効果がかなり異なってきます。年齢や発達段階に応じてデバイスも違っていますし、デバイスによって手技のポイントも違っています。きちんとできているのか確認するためには、実際にやってみてもらうのが一番です。そして、そもそも症状がない時になぜ毎日吸入しないといけないのか、なぜ忘れてしまうのか、どうすれば忘れずに続けることができるのか、ひとりひとりに合わせた指導が必要な場面が多く見られます。

管理栄養士は主に食事指導をします。食物アレルギーがあって食べることのできない食品があると、その代わりになる食品をどう組み合わせていくのか指導するのですが、料理が得意な親も

いれば、料理をしない親もいますので、それだけでも指導のポイントが変わってきます。また、実は除去が必要ではないのに除去していることがわかったり、何を食べさせていいのかわからず途方に暮れてしまっていたりしていることもあります。精神科に相談したいといわれて、管理栄養士に相談してもらったら、すっかり明るくなったお母さんもいたくらいです。

こういったスキルミクスが機能するためには、個々の職種のスタッフが常にスキルアップする姿勢をもっている必要があります。アレルギーの病態、治療についての知識だけではなく、患者を指導するための技術も必要です。学習し、それを実践で生かしてみて、また学習する、その積み重ねがスタッフの実力につながっていきます。そして患者が辛さから解放されて生き生きと生活している様子を目の当たりにすることで、スタッフもまたがんばるエネルギーを得ているのです。また、診察室での患者とのやりとりばかりではなく、キャンプ地での子どもたちとの交流や、講演会や学会への参加や発表、臨床研究活動や執筆活動など、活動は多岐にわたります。これらの学習と実践の機会を保障する医師の存在も重要です。医師にとってもスキルミクスを体験することにより、医療は医学の知識だけで成り立っているのではないこと、自分ひとりではできない生活全般をみすえた指導は、スキルミクスで実現できることを学ぶ絶好の機会となっているのです。



「小児科診療 UP-to-DATE」

http://medical.radionikkei.jp/uptodate/