

NO.33 令和元年8月

発行：三重耳鼻咽喉科

津市観音寺町445-15

Tel:059-228-0100 Fax:059-228-0133

ホームページ：<http://www.miejibika.com/>

<先天性風疹症候群>

最近、津市では風疹抗体検査の助成通知が成人男性宛て（昭和37年4月2日生まれ～昭和54年4月1日生まれ）に送付されていると思います。これは、「先天性風疹症候群」といって、妊婦さんが風疹にかかると胎児が先天的な障害を受ける病態を減らすための対策です。風疹に免疫の無い妊婦が風疹にかかると、胎児は「先天性心疾患、難聴、白内障」を起こします。このうち、先天性心疾患と白内障は妊娠初期（3ヶ月以内）で起こりますが、難聴は妊娠6ヶ月以内でも起こり、しかも高度難聴であることが多いとされています。その他、血小板減少や糖尿病、発育遅延など、様々な症状を呈すると言われています。

先天性風疹症候群を治療する方法は無く、妊娠可能年齢の女性が風疹の免疫を持っていない場合は、ワクチンを摂取して免疫をつけ、予防することが最も大切です。また、その周囲に居る男性を含め、家族みんなが風疹にかからないように免疫をつけることが望ましく、ワクチン接種の必要があるかどうかを判断するため、抗体検査を推奨しているというわけです。当院では抗体検査をしておりますが、最寄りの実施可能な医療機関で是非チェックをお願いいた

します。抗体価が低い方は、予防接種の助成も行っています。対象期間は2022年3月31日までです。



<起立性調節障害>

小学高学年から高校生くらいの年代に多い「起立性調節障害」。最近では、不登校の原因として多い疾患とされ、テレビなどでも頻繁にその病名を聞くようになりました。

朝起きづらい、食欲がない、頭痛がする、立ちくらみがする、疲れやすいなどの症状があり、症状の程度は日によって、また天気によって異なります。一般的に春先から夏にかけて悪化しやすいと言われています。慢性疲労の状態なので学校に行ってもぼーっとして集中できない、あるいは起き上がれず学校を休んでしまうといった状況になり、イライラしたり、思考力が低下、成績が悪化するなど、様々な状況を引き起こします。ただし、昼すぎ～夕方になると元気になり普通に活動出来るので、周りの友人や身近にいる大人から見ると、「サボりたいたけではないか?」「辛抱が足りないのではないか?」と捉えがちで、つい無理矢理起こそうとしたり、学校へ行く行かないでケンカになったりします。親子共々、辛い思いをしますね。



この起立性調節障害は、自律神経機能が悪いために、起立時に全身への血流が悪くなり、その結果様々な症状が出現します。特に脳

血流が悪くなることで上記のような症状が出ます。特に午前中に機能障害が起こりやすいため、ちょうど登校時刻と重なり、「不登校」の原因となりがちです。ある調査では、小学校高学年では数%、中学生になると男子で16%、女子で25%、高校生はさらに増え、男子で21%、女子で27%という高い陽性率で起立性調節障害が見られます。決して珍しい病気ではありません。



病気のタイプは色々あり、寝てから立ち上がるときに急激に血圧が下がるタイプや、血圧は大丈夫でも脈が極端に上がるタイプなど、計4タイプに分けられています。いずれも、本人にとってはとても辛い症状ですので、周りの大人（家族、学校の先生など）が病気について理解することが大切です。気合いや根性で何とかなるものではありません。



対策は色々あります。まず、水分・塩分をしっかり取ること。体の水分量を増やして、血圧を上げるようにします。寝た状態や座った状態から急に立ち上がることは避け、頭を下げたままにしてゆっくりと起こすようにします。運動は可能であれば1日15分~30分程度の軽いもの（散歩など）をするとよいでしょう。ただし比較的症状が重いお子さんは無理をせず、体育などの見学する場合は暑いところを避け、日陰か室内で見学するようにしましょう。朝起きにくいのですが、なるべく早寝早起きなどの規則正しい生活リズムを心がけ、日中は体を横にしないように気を付けましょう。だるいからといって横になっていると、立てなくなってきました。

薬による治療もありますが、薬だけで治るわけではなく、上記の生活習慣の改善とともに実施していきます。主に血圧を上げる薬や脈を抑える薬などを用います。当院でも治療をしているお子さんがいらっしゃいます。もしかして、と思う方はご相談ください。

病気の回復はとてもゆっくりです。ここに不登校も絡んでくると、学校とのやりとりやカウンセラーとの面談、児童精神科への通院、教育支援センターへの通級などなど、これまでと違った関係を築く必要性が出てきて、親は戸惑い、焦り、不安が生じます。しかし、焦ってはいけません。起立性調節障害に関しては、生活習慣の改善と投薬により、少しずつ朝起きやすい状態になってきます。一度に元の生活に戻そうとせず、少しずつ回復させていきましょう。不登校に関しては、起立性調節障害だけではなく、メンタル的な要素も加わってくることがあります。我が子の対応にとっても悩みますが、知人の教育関係者に話を聞いてみると、「大人が焦ると子どもは見抜く。自分のせいだ・・・と感じることもある。今は“子どもが自分で動くためのエネルギーを溜めている時期だ”と考えて、その子の興味をもっていることや楽しいと思うことをして充電させてあげる。十分充電されると、自分から学校へ行く、と言い出すよ」とのことでした。親の方も、貴重な子どもとの時間が増えたと考え、しっかり甘えさせて、しっかりコミュニケーションを取り、向き合っているのがよいのではないのでしょうか。

