

日本医師会インターネット生涯教育協力講座＜アトピー性皮膚炎における外用療法の実際＞
実例を通して学ぶ診療のポイント 小児の場合 - 3

寛解に導くための
患児・保護者の指導とは

● 総監修 ●

東京通信病院皮膚科

江藤 隆史

● パート監修 ●

国立成育医療研究センターアレルギー科

大矢 幸弘

寛解に導くための患児・保護者の指導とは

◆以下は、国立成育医療研究センターの実例である。

【1】アトピー教室

◆小児の場合、一人での外用やスキンケアは難しいので、保護者への教育や指導が極めて重要である。

○国立成育医療研究センター アレルギー科 アトピー教室の内容

開催	毎週月曜日
対象	・アトピー性皮膚炎が疑われる初診患者 ・治療を始める患児や保護者は、必ず参加することになっている
内容	病態、薬物療法、スキンケアなどを約2時間かけて説明



症例として取り上げた5歳女児の保護者の入院初日の感想

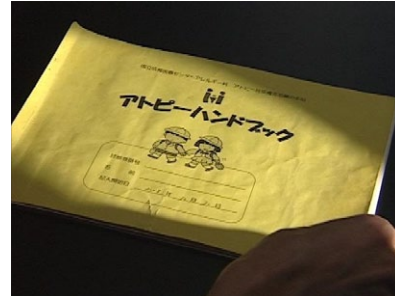
- 入院最初の日の夜は痒みがあって夜中に何度も起きたが、スキンケアをする前の睡眠とは明らかに痒みが異なった。
- 「痒い痒い」という状態はあったが、昼と夜のスキンケアを2回行っただけで、家にいたときの「痒くてどうしようもない」という状態とは違ったので驚いた。

【2】アトピー・ハンドブック

- ◆国立成育医療研究センターでアトピー性皮膚炎の治療をする患者には、独自に作成した「アトピー・ハンドブック」が手渡される。

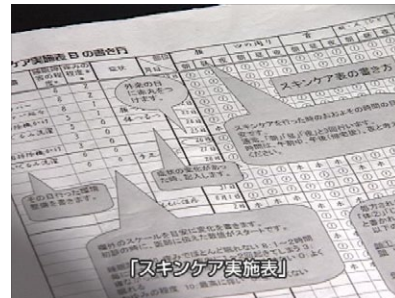
○アトピー・ハンドブックの概要

診療ガイドラインを基に、病態、疫学、診断基準、標準治療の流れなどについて、患者が理解できるようにわかりやすく解説されている。



○スキンケア実施表

- 「アトピー・ハンドブック」には、患児や保護者が自分で記録する「スキンケア実施表」が掲載されている。
- 顔、首、膝など塗布する部位別に、スキンケアの後、どのランクのステロイド薬などを塗ったか、保湿剤のみだったかが、一目でわかるように工夫されている。



- 皮疹の状態を毎日見ながら記録することで、退院後も、どのように記録すればよいかを学ぶことができる。
- 実際に患者の皮膚の状態がどのように変化していったかが記録として残るため、退院後に患者自身がケアする際の参考にもなる。



自分自身でアトピーを治せるという自信が、患者の中で強まっていく。

スキンケアや外用療法を進めていく上で、
患者自身がその記録をつけることは非常に大切である。

【3】退院後の不安への対処

- ◆多くの患者や保護者は、ステロイドを使ってきれいになると「やれやれ」と一安心する。
- ◆しかし、ステロイドは毎日使うわけにはいけないため、それから後が真のスタートラインとなる。

○退院後の不安

重症だった人は、退院後に再び悪化してしまうのではないかと不安が強い。

- 入院していれば悪化したときにすぐに対処してもらえるが、自宅に帰ると自分で対処しなければならない。
- 悪化したからといって救急外来に来るわけにはいかない。

○外泊を何度か経験してから退院へ

- 退院後の不安を軽減するために、まず入院中に何度か外泊をしてもらう。
- うまくいかなかったときはどんな気持ちだったのか、何をすればよかったのかを医師に伝えてもらう。
- 医師は、場面や状況ごとの対処法を具体的にアドバイスする。
- 外泊とそのフィードバックを何度か繰り返し、なんとかかなりそうだという気持ちになったところで、退院につなげる。

