子どもがせき込むときがあります

ぜんそくの可能性も

アレルギーなどさまざまな要因で気道が狭くなり呼吸が苦しくなるぜんそく。子どもの場合、症状を言葉で詳細に説明できない上、風邪による症状と区別がつきづらいため、ぜんそく特有の呼吸音かどうかの判断が難しい。四国こどもとおとなの医療センター（普通寺市）の木下あゆみ小児アレルギー内科医長に、小児ぜんそくとの向き合い方などについて聞いた。

健康ラボ Health laboratory

■どんな症状が出る？

ぜんそくは、気道に慢性的な炎症が起こる疾患。運動後やほこり、煙を吸い込んだとき、また、季節の変わり目や夜寝る際に「ゼーゼー、ヒューヒュー」という特有の音（喘鳴）がしたり、せき込んで息苦しくなったりする。乳幼児期は風邪をきっかけにせき込みや喘鳴が生じやすく、ぜんそくによる症状と風邪症状の見分けは難しいことが多い。3歳までにぜんそくを認めた子どものうち半数程度が成長に伴って6歳までに症状が軽快すると言われている。

■まずは受診した方が良い？

▽朝晩にせき込む▽風邪をひくとせきが長引くことが多い▽走るとせきが出る―など気になるところがあれば受診してほしい。朝晩のみに喘鳴やせき込みが出ることが多いため、動画を撮って医師に見せるのも有効。大人になってからだと治癒しにくいため、子どものうちに治療することが大切だ。

■原因は。

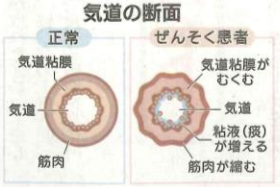
乳児期に食物アレルギーやアトピー性皮膚炎などアレルギー素因があると発症しやすいとされている。このように、成長とともに異なるアレルギー疾患を次々と発症することを「アレルギーマーチ」と言う。また、ダニやほこり、ペットの毛などのアレルギーや、たばこの煙などの刺激を受け続けることも引き金となる。

■どのように治療する？

「症状が起こらないよう予防するための治療」として、気道の炎症を抑えるため、ロイコトリエン拮抗薬や吸入ステロイドを使用することが多い。症状が出ていない時でも炎症は続いているため毎日続けることが重要で、症状の具合を診て徐々に薬の量を減らして寛解を目指す。症状が出た時には、発作を抑制する薬を使用する。

■気を付けるべきことは。

子どもがぜんそくと診断された場合は、アレルギー検査を受けたり、どういったときにせき込んでいるかを把握したりして、原因を知ることが大切。煙で発作が起きることもあるので、家族で喫煙している人がいればできれば禁煙を。また、布団やじゅうたんなどほこりがたまりやすい布製品は、洗濯や掃除機をかけることでかなりほこりやダニが減る。無理のない範囲で家庭の環境を整えるのも有効だ。



見過ごさず早めの治療を

今日のドクターは…

木下 あゆみ 先生

四国こどもとおとなの医療センター
小児アレルギー内科医長

きのした・あゆみ　1998年高知医科大卒。2001年より香川小児病院、病院統合・改称に伴い13年から現職。日本小児科学会専門医、日本アレルギー学会専門医、日本子ども虐待医学会理事。

Woman's Style