もいるでしょう。悩みを出しあったりまた学習できる場としての大切な〝みるくせーきの会〟です。これからも応援していきたいと思います。

（長野中央病院）

アレルギーなんて大したもんじゃない

山田　真

「うちの子はアレルギーなんでしょうか」「この赤いのは、やっぱりアトピーの湿疹でしょうか」

心配そうに問いかけてくるお母さんに毎日のように出会います。こういうお母さんに「そうねえ、やっぱりアレルギーでしょうねえ」「これはまちがいなくアトピー性皮膚炎でしょう」といった答をすると、まるでガンの宣告を受けたかのように、落胆と苦悩の表情がうかびます。

ぼくは障害児の運動に関わってきましたし、自分自身も障害児の親です。ですから難病をかかえたり重い障害を持つ子どもやその親とも沢山のつきあいがありますが、障害児の親は一般につきぬけたような明るさを持って元気に生きています。が、それにくらべてアレルギーと言われた子どもの親は暗い顔をしている

ことが多いようです。

どうしてかなと思います。アレルギーなんてそれほど大したものじゃないのに、どうしてそんなに恐れるのかなと思うのです。

こんなふうにいうと、「うちの子どもは重症で、大したことないなんていってられるような状態じゃない」といった反論が必ずきます。

ぼくはもう二十五年も小児科医をしてきましたが、ぼくがみてきた子どもはほとんど自分が仕事をしている東京の八王子市周辺の子どもに限られていますからその視野は広くはありません。

だから大言壮語するわけにはいかないのですが、でもぼくのところへ通ってきたアレルギー性疾患の子どもたちはちゃんとよくなっていきます。それも、特別の治療をするわけでもないのに自然によくなってくれているのです。

ぼくの治療は「いずれは良くなるからゆっくり待とう」という気分を、アレルギーの子どもやその親と共有しようということに尽きます。

一貫した治療方針があるわけではありません。例えば気管支ぜんそくの場合、ステロイド（副腎皮質ホルモン）を長期間のみ続けることだけはしませんが、それ以外はなんでもありで、子どもやそのお母さん、お父さんとどんな治療をするか決めていきます。アトピー性皮膚炎の場合、ステロイドの軟こうには弱いもの、中等度のもの、強いものがありますが、弱いもの以外はほとんど使いません。それだけをルールにして、あとはなんでもありです。

なんでもありの中には「無治療」というのもふくまれます。この無治療の例を紹介しましょう。

Nちゃんは四歳。ある日、お母さんに連れられてぼくの診療室にやってきました。一見して全身がグチャグチャという感じの重症アトピーでした。お母さんの長い話を聞きます。

Nちゃんが生後六か月でアトピーを発症して以来、お母さんはあらゆることをしてきました。厳格

な食事制限をしたこともあれば、一日三回ずつ家の中の掃除をしたこともありました。漢方や針治療など東洋医学も試みました。ただ強いステロイド軟膏は使いたくなかったのでそれは避けましたが、周りの人が「これはよい」とすすめる方法はひと通り試みたのです。しかし、Nちゃんは少しもよくなりませんでした。そこでお母さんは「ここで腹をくくって、一切の治療をやめ、ほっとくことにしよう」と考えたのです。「もうなにもしたくないのだが、それでいいか」という問いへの答を求めてぼくの所へ来たのでした。

ぼくとしては、「お母さんがそうきめたならそれでいいだろう。アトピーが生命に関わるわけでもないし」と適当な返事をしてお茶をにごしてしまいました。本当はステロイドを含まないぬり薬やかゆみ止めの抗ヒスタミン剤、細菌感染を除くための抗生物質ののみ薬など使ってみたかったのですが、なんとかこらえて、お母さんを見守ることにしました。

Nちゃん、そしてNちゃんのお母さんとお話をするだけの診察が二週間毎に行われました。

もちろん、Nちゃんは少しもよくならず、グチャグチャの姿のまま待合室に現われます。

「こんなにグチャグチャじゃ他の患者さんの印象が悪くなるなあ。この診療所へ通ってもアトピーはなおらなそうだと思われてしまうだろうし」とぼくは気をもみました。なんとか少しでもいいからよくなるための治療をしたいのです。でもその気持をこらえ続け、なんの治療もしませんでした。

そしたら、六か月たったころ、突然Nちゃんはメキメキとよくなりはじめました。なんとも奇蹟的ですが、本当にそうだったのです。

そしてその後の六か月ぐらいでNちゃんの肌はきれいになってしまいました。

「人間のからだというものは、外からよけいな働きかけをしなければ、自分の力で病気をなおしてしまうこともある」、ぼくはそんなふうに実感しました。

Nちゃんの場合、特筆すべきことがあります。

それはお母さんがとても明るくて「こんなにひどいアトピーなのになにも治療をしてやらなくて悪いお母さんですね、わたし」などと笑っているとNちゃん自身もニコニコしているという風で、親子ともに全然悲愴感がなかったことです。

どんな病気でもストレスがマイナスに作用するのは確かなようですが、アレルギーによる病気の場合、ストレスの影響はひときわ大きいように思われます。

子ども自身、そしてその親がストレスから解放された時、病気はどんどんよくなるようです。

医学はずい分進歩したように見えるけれど、ある病気のその後の経過を予想する力はまだまだ弱いように思われます。例えばはな水とせきが少々出ている子どもについて「これから先、熱も出るでしょうか」とお母さんなどから聞かれた時に、正確に予想できるお医者さんは大変少ないようです（実際は皆無といってよいと思います）。

こんな近い将来のことも予測できないのですから、まして五年、十年ということになればとても予測できるものではありません。どんな病気にも最良の経過と最悪の経過とがありますが、どうも最近は最悪の経過をたどることを想定して、予防的にいろんな薬を使うという治療が流行しているようです。ぼくはそういうやりかたに賛成しません。最良の経過をとると信じて、のんびりと、ゆったりと、楽天的に治療をしていく方法を採ります。

子どものからだは変っていきます。よい方向にも悪い方向にも変っていく可能性はありますが、なるべくストレスを除き、過保護にならず、薬は最小限にして良い方向へ向かう手助けをしたいと思っています。くれぐれも思いつめないで下さい。アレルギーなんて大したもんじゃないと笑いとばして下さい。そこから道は開けていくものですから。

（八王子診療所）