

病気の予防

齋藤文雄



はじめに

うがいによる予防

何も幼児期だけに限ったわけではないが、病気というものも時代に從つて變つてくる。幼児期だけをながめてみても、罹る病氣の内容は終戦当時と現在ではかなりの差がみられる。しかしここでそれらの病氣のひとつひとつを取りあげていくつもりはない。むしろ幼児の健康生活という面から、つまり予防医学の立場にたつて、現在の病氣をどうして予防していったらいいかを考える場合に、従来いわれてきた幼稚園の簡単な保健対策が存外役にたつものであることをも一度反省してみよう。

うがいをするということは、どこの幼稚園の健康生活の実施面でも取りあげられている陳腐なことがらである。目的は二つある。ひとつは齒の衛生のために、他のひとつはのどの衛生のためである。前者は明らかに効果を期待しうるが、後者はそれほどはっきりした期待は持ちえないように思う。と、いうのは、幼児期はまだうがいが下手であるということと、後鼻腔にはうがいの水が届かないという不完全さがあるからである。それでもなお私たちは、幼児にうがいを行なうようにすすめる。これくらい簡単な方法で、少なくとも咽頭にいる

細菌の大部分をたとえ一時的にせよ機械的に排出しうるからである。もちろん、細菌はまたすぐ増殖する。それはうがいを頻繁に行なうことよって補うことができる。

近頃どこの病院にきいても、子どものリュウマチがふえたという。腎臓炎がふえたという。この二つの病気はいずれも溶血性連鎖球菌（ふつう略して溶連菌という）が原因であることは確かである。そしてこの溶連菌は必ず先ず咽頭に付着繁殖する。この細菌は別に新しいいばいきんではなく、昔からみられたものである。それが時代の脚光を浴びるようになったのは、別に理由があつたことである。近年医学の進歩に伴なつて種々の抗生物質、サルファ剤など優秀な薬剤が次々とつくられるようになったが、当初はこれらの薬剤で病原菌は根絶やしにできそうな勢いであつた。ところがそうはいかないで細菌の方も、こういう薬剤に慣れていく傾向が出てきた。つまりくすりに対する抵抗力ができて、簡単に死なない。これをくすりに対する耐性菌といっているが、単にひとつのくすりに耐性があるというだけでなく、近頃では、数種類、いや殆んどすべてのくすりに耐性のある菌まで出現してきた。そういう頑固な細菌がのどにつくために、こういう病気が多くなつてきたと解釈する人もあり、一方幼児の病

気の種類もずっと減つてきたので、こういう治りにくい病気だけが残るので目立つのであるという考えの人もある。いずれにしても溶連菌のいたずらで急性腎臓炎や、リュウマチがふえてきていることは事実である。

これらの病気のうち、腎臓炎はともかく、リュウマチについてはいさか詳しくふれておく必要があるように思う。というのは、子どもにリュウマチなどの病気はないもののように考える人は少なくないからであり、そのために子どもを生涯の不具者にしてしまうことがあまりにも多いからである。

この病気の予防にはうがいが役にたつ。狭い部屋での雑居生活、湿気が多いところなども誘発するといふが、遺伝的關係も否定できない。大体三才以下にリュウマチをおこすことは少なくて全リュウマチ例の二割以内ぐらいのものである。しかし三才すぎると急に多くなつてくる。急性の時はのどのかぜのあと二〜三週間でおこるが発熱、関節痛、それも日によつて痛む場所が変化するのも特長である。同時に顔の蒼白、頻脈、発汗、そして注意深い診察を行なえば心尖に雑音がきこえる。急性の場合は診断はまだらくであるが、亜急性の経過をとる場合の方が子どもの将来に対しては危険である。くりかえしておこる関節痛、疲れやすい、顔色が蒼白である、体

重がふえないというような症状で熱に気がつくほどでもなく経過するとふつうの場合リュウマチと判断することも容易でない。その中に心臓にまで病気がすすんできて、初めてリュウマチと確定する場合も少なくない。急性、亜急性いずれの場合でも放っておけば四肢の運動制限と心臓内の奇形をおこしてしまつて、生涯の故障となる。リュウマチはこれが怖ろしい。いわゆるかぜの場合のうがいの励行、かぜをこじらせたいと思つたら大切をとること、この二つが心臓病の予防上必要なことである。万一心臓に故障があることが判つたら、かなりの期間絶対安静が必要であるから、熱はなくても入院加療が有利である。

とにかく、うがひによつて、ジフテリア、猩紅熱、そしてここに述べた腎臓炎、リュウマチなどを幾分でも予防しうるのであるから、現在でもうがひの価値は減少していないと申して差しつかえない。

手洗いによつて予防できる病氣

手洗いによつて予防する病氣は、消化器系統の病氣と、消化器を通しておこつてくるポリオのような伝染病などである。

昭和三十三年の一〜四才児(満年令)の死亡原因をみると、不慮の事故が第一位であり、つづいて肺炎、下痢腸炎、赤痢の順である。下痢腸炎と赤痢と合わせると(伝染性及び非伝染性消化器系の病氣) 幼児死亡原因の第一位は消化器系統の病氣であるということが出来る。この事實は毎年のことながら先進国に対しては誠に恥ずかしい成績であり、いかに幼児の食生活が不潔無責任に扱われているかを如実に物語っている。勿論幼児の食生活は規則的に、食品はなるべく無菌に近い調理で、たべ方はあくまで清潔に、これが目標であることは判然としているのに、これが等閑視されているところに問題がある。

これらの病氣の予防方策のひとつに食事の前の手洗ひがある。三回の食事に限らず、おやつでも手洗ひは当然要求されてよい。簡単な方法によつて、下痢腸炎や赤痢がいくぶんでも予防できるとしたら、手洗ひはもっともつと励行されてよい。随分やかましくいわれながら、結果において、あまり芳しい成績をおさめ得ないところをみると、もっと励行される必要があるようである。

*

*

*