

【2022年11月12日(土)川島先生セミナー時にいただいた質問へのご回答】

Q：巻き爪、陥入爪の予防指導を教えてください

A：正しい爪切りの実践、繰り返す原因を考えて予防を図る。深爪、不適切な靴など日常生活のちょっとしたことが原因のこともあります。

Q：爪の表面が波打っているのは、なにが原因なのでしょう？

A：爪の疾患の可能性もありますが、手荒れなど爪周囲の皮膚状態が悪い場合には、その影響が爪にも波及してそのような症状を呈することがあります。

Q：小学生高学年で指の皮を剥く癖がある児童がいます。剥いてしまい出血をした状態で頻繁に来室します。精神的なものもあると思いますが、保健室で何かできることはあるでしょうか？

A：爪を噛んでしまう症例を提示しましたが、やはり精神的なストレスが隠れていることが多いです。出血した際には石鹸などで洗浄し、ガーゼ保護をすると良いです。絆創膏は蒸れてしまうので不適切です。頭ごなしに否定するとかえって逆効果ですが、出血して困らないようになるべく皮膚を剥かないように根気よく指導していくのが良いと思います。

Q：ご講義ありがとうございました

病識が乏しいのは本人だけでなく、保護者や職員も当てはまると感じることがあります。そういった困り感を抱いていない対象者に信頼関係を崩さずに理解してもらう為にどのような工夫をして声かけや介入をすればよいのでしょうか。

A：難しい問題です。あくまでも医療は本人が病識を持つことで初めて治療する意義が出てきます。無理に受診をしても保険診療とはいえお金がかかります。結局は通院が途絶えてしまいます。そのためにも目に留まりやすい場所に疾患啓発のポスターを貼ったり、「学校だより」などに季節ごとに生じやすい皮膚トラブルについての紹介を載せたり、今回の講演会に参加されてみての率直な感想などを載せられてみてはいかがでしょうか？それを読んだ保護者の方にも啓発になると思います。

Q：学校に薬は持参していません。学校でかゆみや痛みを訴えたときに何かできることはありますか。

A：学校ごとにその辺りはルールがあると思います。薬を用いない場合、かゆみは冷やすことで改善されます。ただ、皮膚の状態によっては学校側も外用薬の持参を許可しても良いと思います。

Q：ステロイドに対して抵抗がある保護者がまだたくさんいる印象です。ステロイド外用薬の基本について教えていただきたいです。

A：ステロイドが怖いと仰る方は昔に比べて確実に減ってきています。不適切なアトピービジネスについて啓発活動が行われた効果だと思います。一方でご指摘の通り一定数の方がステロイドに対する漠然とした抵抗を感じているのも事実です。ただその方々のお話を聞くと、皆さんが心配されている副作用は飲み薬のステロイドの場合であることがほとんどです。恐らくネットの情報などをもとに危ないと判断されているのですが、飲み薬なのか外用薬のステロイドなのかを見ずに、「ステロイド」のフレーズだけに注目しているのがそのようになるのだと思います。ステロイド外用薬の副作用は全くないわけではありませんが、適切に使えば非常に安全性の高い薬剤です。ステロイド外用薬についてはまた機会を設けてお話しできればと思います。

Q：顔の乾燥肌で悩んでいる生徒がいるのですが、夜ワセリンでの保湿は適切なのでしょうか？また、朝の洗顔は必要でしょうか？

A：基本的には朝晩の洗顔が良いと思います。後半の木村先生の講演でもそのような内容がありました。ワセリンはあくまでの保湿されている皮膚の乾燥を予防するものです。乾燥しているのであれば潤いを足すために化粧水なども使用して良いと思います。