



羅針盤



高山 かおる

Kaoru Takayama

埼玉県済生会川口総合病院皮膚科 部長

「子どものスキンケア・ヘアケア・フットケア」に寄せて

今まさにコロナウイルスによる緊急事態宣言の間近と思われるときに、この原稿を書いている。コロナウイルスの脅威は家族や友人の生命を脅かすばかりか、日本の盤石と思われた医療をも崩壊させるかもしれない、という危機に陥っている。いつ終わるとも知れないこの戦いは9.11以上だと、NY在住の友人医師は話していた。

こんな時、スキンケアやフットケアなどは、生命が守られた先にある well-being のためであることを改めて実感する。この戦いが終息したときに、さまざまな教訓を生かして、超高齢化社会を支える医療を再構築することになると思われるが、何にもまして日ごろの健康が大切であること、予防が重要であることが、多くの人の実感だろうと思う。

スキンケアに関しては、生後間もなくからのスキンケアが、アトピー性皮膚炎をはじめアレルギーマーチを予防することに役立つというトピックスはここ数年のトレンドであるし、フットケアに関して言えば、歩くことは生活習慣病、ロコモティブシンドローム、認知症などの予防に役立つことがわかっている。常日頃から自身の健康に目を向け、予防的行動をとることこそ必要なことであり、われわれ皮膚科医はその道標を付ける役割を持っている。

今回は乳幼児以上、成人未満の子どもに焦点を当てた。たしかに乳幼児のスキンケアなどはよく取り上げられる

話題であるが、小学生以上の子どもを扱ったものはあまりみかけない。小学生以降の子どもは一般的に運動量が増し、活発になる。やれることも増えて意欲的になり、さまざまなチャレンジをするとともに、人とのかかわりも学ぶ。皮膚はその過程を経て成熟し、自律神経が発達して、汗や皮脂の分泌物なども増えてくる。また足の骨格は6～7歳に成人の数までそろう、その後の数年間で成長する。

だからこそおこる皮膚トラブルは多く、野外での活動が多いことによる問題、新陳代謝が激しいからこそその種々の問題など多岐に及ぶ。そして足に関して言えば、この時期に適切なケアがおこなわれないと、将来に大きく響くことになる。また乳幼児期に生じた先天的な皮膚疾患がどうなっていくのか、それがあつて思春期にQOLを損ねないように適切な時期に対応することも大切である。

8020運動(80歳になつても20本の歯を残す)という乳幼児期から始まる歯科の取り組みは、高齢になつてからの栄養摂取・誤嚥性肺炎の予防に確かに貢献している。スキンケアにヘアケアを加え、成長に欠かせないフットケアを盛り込んだ本特集を、将来を見据えた皮膚や爪の健康維持を意識した子どもに対する標準的治療の参考としていただければ幸甚である。