岐阜大学機関リポジトリ
Gifu University Institutional Repository

気管支喘息児の健康づくり運動処方ノーム作成に関する研究

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2008-03-12 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 三井, 淳蔵 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12099/381

はしがき

現代の科学技術の発達と著しい医学の進歩にもかかわらず、エイズ、O-157等など、次々と難病が私たちの生活を脅かしています。こんな耳新しい病気ばかりではなく、文化的生活水準は向上し、生活環境の都市化も進み快適な生活を享受しながらも、大昔からあった病気に今日でも苦しんでいる人が大勢あります。

例えば、喘息発作は古代ギリシャの医聖ヒポクラテス（BC400）の本の中にその記述が見られると言います。日本では、平安時代源順（ミナモトノシタゴウ）が著わした『倭名類聚抄』（承平4年・934年）の疾病部病類に「喘息」の項が見られ、「阿倍支（アヘキ）」が「口気引貌也」として、呼吸が喘（アヘ）ぐように湍（ハヤク）なる病気（「気出入湍疾也」）であることが記されています。 このように大昔から私たちは喘息に苦しめられてきたものと思われます。

喘息発作は、ヒューヒュー、ゼーゼーという喉の狭窄音を伴う呼吸困難で、気道の収縮により呼吸に時間がかかり、その発作が激しいときには本当に寝ていられなくなるほど苦しいものです。この発作はある時急激に起こり、またある期間を過ぎると自然に治まっているようです。

このいつ起きるかわからない喘息発作は、両親、祖父母などの持っている蕁麻疹、アトピー性湿疹、アレルギー性鼻炎や喘息などの体質的な遺伝を受け継いだ子どもは、家塵（ダニ）、花粉、カビ、食品等々の普通の人には何の影響ももたらさないものがきっかけとなり、気管支にある細胞に作用し、気道の過敏性を形成します。これがいわゆるアレルギー性疾患と言われているものです。

ひとたび気道が過敏になると、今度は精神的なストレスや疲労、運動など、思いもかけないことが刺激となって気管支喘息の発作は誘発されます。

特に、運動などにより激しい呼吸作用が要求されますと、発作が誘発されるようです。気管支喘息を経験した子どもたちが、運動すると直ぐに発作が起こると信じてしまったとき、精神的にも身体的にも大切な発育期にある子どもたちが、発作を恐れ運動を控えるようになっ

ては、体格や体力の発育・発達だけではなく、子ども時代に培われるべき、生活習慣や交友関係など様々な面への影響も見逃すことはできません。

これまでは、日本の全学童の 1～2%未満が喘息児であると聞いていました。しかし、最近ではその数が 5%にも上ると言う報告を耳にすることがあります。実際に入院を必要とするほど重症ではないが、年に数回の発作を経験し、そのために消極的になり、遊びや運動会・体育大会など学校行事への参加を躊躇しているようであれば、子どもの心身の健全な発育・発達は望めなくなります。

学校教育現場において、身体的に虚弱な子、慢性疾患を持っている子をどう扱い、どのように対処したらよいのか、多くの問題を抱えているものと思われます。殊に気管支喘息のある子は、日常生活においては他の健康な子と同じように過すことができますが、ある時、思いもかけない誘因で、突然に発作を起こし周囲をびっくりさせることがあります。

元気な子は休み時間になれば、黙っていても外に出て、他の元気な子と一緒に走り回っています。教室の中でじっと座っているよりは、外に出て少しでもからだを動かしたいのが、子どもの本当の姿だろうと思います。しかし、からだに何か心配な事があれば、子どもの運動欲求は制限され、つい教室の中で休み時間を過し、体育の授業にも積極的に参加できなくなります。

子どもの遊びなどから見た自然的行動発達の順次性は、次の発達への準備期間となっています。その大切な発達基盤を守り育てていきたいものです。

永年、学校保健・体育に携わってきた者として、常々感じて居りましたことは、このような子ども達に少しでも運動の楽しさ、スポーツの面白さを体験させ、少しずつでも自ら進んで健康づくりに取り組んで行くことができないものかと言うことでした。また、学校で直接いろいろな慢性疾患に苦しんでいる子どもに接している者の立場になれば、どんな種目の運動をどの程度の強さで、どれくらいの長さの時間であれば、安心して参加させることができるのかと言う目安が必要ではないでしょうか。

以上のような観点から気管支喘息児の体力づくり、体質改善をはかるために、運動による生理的刺激を合目的々に活用できればと願って参りました。

このような計画を全面的に支持し、研究を直接ご指導下さいました元愛知医科大学教授 加藤孝之博士、そして医師の立場から積極的にご援助を頂きました谷口小児科医院院長 谷口アキ 博士、三菱名古屋病院小児科部長の岩間正文博士、名古屋市南区の宮田医院院長 宮田隆夫博士、岐阜県郡上中央病院小児科部長篠田紳司博士など多くの先生方や共同研究者のご協力とご指導のお陰の賜物であると、その有難さと重みを噛み締め、ここに深く感謝の意を表すものであります。

平成 11 年 3 月

三　井　淳　藏