専門職のいない場合の効率的母子保健事業の効率的実施に関する研究

食物アレルギーにおける栄養士のありかたに関する検討

研究協力者：鈴木五男、
共同研究者：鈴木眞弓、永山友子、岸田勝，松本廣伸、青木継稔

要約：
近年、栄養指導は保健指導の中の重要な位置を占め、とくにアレルギー疾患が増加している現状から、乳児健診などでの食物アレルギーに関する栄養相談の希望が増えている。本研究は栄養士を対象に食物アレルギーについての認識、現状および研修などについてアンケート調査を行い、食物アレルギーに関して指導上の問題と方法について検討した。その結果、勤務栄養士の多くは食物アレルギー指導を行っており、医師の指示に従っているものが多かった。一方では、疾患に関する知識や経験不足から、保健指導・栄養指導に困惑し、母親へのニーズに対応仕切れないことが伺えられた。とくに食事制限をするときは、母親を含んだ家族への支援と児への成長発育への注意、さらには精神的・肉体的・経済的負担への配慮が重要なものである。この面からも栄養士が家族、母親のニーズに対応できるように、研修会の実施や、医師、保健婦による密接な連携体制の整備が必要であろう。

見出し語：食物アレルギー、食事制限、栄養士、栄養指導

研究目的：

近年、アレルギー疾患は増加の傾向にあるといわれる。その増加因子として、住宅環境の変化、大気汚染に加え、離乳食の早期化、各種離乳食の氾濫、食品添加物など食生活の多様化が示唆されている。アトピー性皮膚炎や気管支喘息の原因の一つといわれる食物アレルギーは、抗原除去を目的に食事除去や制限が実施されている。しかし、一方では不適切な食事制限、育児不安、児および他家族への精神的・心理的な影響も同時に問題となっている。

母子保健・小児保健における栄養指導は重要な位置を占めるが、昨今の乳児健診や各種保健指導においてアレルギーを持つ親の相談は増加している。母子保健サービスが市町村に委譲することにより、今後市町村が主体に、栄養指導を実施していくなかで、とくに専門職のいない地区における指

東邦大学第二小児科学教室

導は、地域保健婦や栄養士によって成されると思われるが、人材のみならず専門知識の有無が重要な課題となる。本研究は栄養士を対象に食物アレルギーについての認識、現状および研修などについてアンケート調査を行い、食物アレルギーに関して指導上の問題と方法について検討した。

方法：

現在、病院または乳業会社などに勤務している栄養士472 名、現在勤務していない、もしくは勤務経験のない在宅栄養士125 名の計597 名に食物アレルギーに関連したアンケート調査を行った。なおアンケートは栄養士会の講習会会場にて配布、回収もしくは郵送法によって行った。

結果：

アンケートの回収率は597/640 名(93.3%)病院または乳業会社などに勤務している栄養士の平均勤務期間12.4±11.9年、また在宅栄養士の勤務平均は5.6 ±3.1 年であった。

全回答者が食物アルルギーについて知っていると回答しており、この問題が、関心の深いものであることが伺われた。食物アレルギーの指導は勤務者の357/472(75.6%)在宅者29/125(23.2%) が実施ており、そのうち大半は医師の指示によっていたが、両親の指示が24名、保健婦が88名、栄養士が11名みられた。指示体系は重要な問題であり、今後の課題と考える。また食事相談のみならず実際に食事を献立や調理したことの経験があると答えたものは82/386(21.2%)であった。これまでの栄養士の経験で、食物アレルギーに対して食事制限の必要があるか否かの質問に対し、304/386(78.8%)が必要と答えていた。また、その時の注意事項は、二次食品への注意や代用食品などの接種食品への配慮が(約50-60%) 中心であり、家族や栄養面などへの配慮(約 10-30%)は少なかった。

制限方法は指示食品のみが最も多く232/386(60.1%)、二次食品を含めた厳しい制限は65/386 (16.8%)あった。一般に食事制限は定期的に解除・継続の判断を病歴や負荷検査などによって行っているが、実際の制限の経過をみると227/386(58.8%)が一定の基準持っていなかった。離乳食の早期化がアトピー性皮膚炎の一因といわれ、最近離乳食の開始時期を遅らす傾向と与えられる食品の内容の注意が報告されている。

妊婦に対し食事制限指導の有無に関する質問では、したことがないものが222/386(57.5%)と多くみられた。妊婦への食事指導の必要性は必要あるいは場合に因って必要と答えたものは360/386(93.2%)と大半が感じていた。

栄養士の501/597(83.9%)の方が食物アレルギーに関してもっと知識を習得したいと希望していた。今後大半の栄養士は講習会・研修会などに参加し、食物アレルギーに関して知識を高めたいと考えており、年1－2回の講習を希望していた。

考察と結論：

近年、アレルギー疾患のメカニズムは次第に解明されつつあるが、その治療の基本は抗原となる原因物質の除去である。しかし、その指導にはアレルギー疾患について情報の氾濫により、混乱を招いていることは歪めない。特に食物制限は、発育途上にある乳幼児の成長発育に影響し、制限内容によっては母親の精神的・心理的負担は計り知れない。またその他の家族への影響も考慮していかなければならない。確かに食物アレルギーは、原因によって食事制限が極めて有用且つ重要な治療の一つである。

しかし、その指導は食事制限だけではなく、環境整備、スキンケアーなど総合的な指導が必要であり、一定の基準を設けることも必要であると考える。本研究の結果、多くの栄養士は食物アルルギーについて、関心が深いものであった。栄養士として勤務しているものの大半は食物アレルギーの指導を行っていたが、在宅者はほぼ全員指導の経験はなかった。食事指導の指示は医師が主であったが、一部、両親や保健婦、栄養士であったことは今後の課題と考える。食事制限の指導は基本的には専門的知識を持った医師が行うべきであり、具体的方法は医師および保健婦、栄養士が定期的に綿密な打ち合わせを実施すべきと考える。しかし、専門職のいない地域では、専門医師の定期的な巡回相談や電話相談などを利用することもよい手段と考える。また同時に専門医により研修会などを行い、地区の栄養士や保健婦への基本的指導を行い、母親のニーズに対応できるような体制作りが必要であろう。

実際に食事の献立や調理指導を行っていた栄養士は指導していたものは1/4 であり、より具体的な指導を求める母親への対応をしていく上に、地域に則した具体案を検討すべきと考える。また医師および栄養士・保健婦が食事制限指導をする際に制限食の内容のみならず、両親、とくに児の食事の面倒をみる母親が精神的・肉体的に安定した性格であるか、積極的か、家族の協力体制はどうか、代用食品が手に入るような制限可能な環境か、日常的に医師・栄養士の適切な指導が受けられる地域に在住しているか、時間的・経済的余裕があるか、などについて考慮すべきである。

今後、小児保健・母子保健における食物アレルギーの栄養相談は、疾患の増加に伴い、その社会的ニーズはますます高くなろう。しかし相談に携わることの多い保健婦・栄養士は、専門職のいない地域にかぎらず、専門知識や経験不足などからの不安が多い。指導側である医師を中心に栄養士・保健婦は正しい知識・指導基準の獲得が必要であり、地域医師会・保健所などと連携を取り、専門指導医師・栄養士の獲得、あるいは新しい知識の確認や育成のための研修会・講習会の開催が必要であろう。さらには具体的な調理実習などができる施設や機会が必要であろう。専門職のいない地域では、複数の市町村の合同の対応も検討すべきと考える。

次年度は専門職のいない地域における食事アレルギーの指導の具体的内容について検討しみたい。

参考資料

1)加地春美、有田昌彦：妊娠中の食事除去療法とアレルギー疾患の予防（文献的考察）．小児科臨床,44(10):2621-2626, 1991.

2)鈴木五男：小児の鼻アレルギーの現状と対策．小児耳鼻科,15(1),1994.

3)日暮真、他：厚生省心身障害研究班・平成５年度研究報告書．1994.

近年、小児のアレルギー疾患は増加の傾向にあります。その原因の一つとして、食物アレルギーが注目されており、今後、小児の栄養指導の中で重要な課題と考えられております。私どもは厚生省心身障害研究（班長・高野　陽先生・国立公衆衛生院）において『母子保健領域の専門的保健指導の内容と具体的実施内容の検討』のテーマで、市町村が母子保健指導するに当たって、アレルギー児の栄養指導の内容と方法のマニュアル作成の検討しております。それに先立ち、実際に食物アレルギーに対する栄養指導をなされる機会の多いと思われる栄養士さんにご意見を伺いたく、以下のようなアンケートを作成しましたので、宜しくご回答ください。

なお回答は○（複数でも可）、もしくは適当な数字もしくは言葉を入れてください。

1．栄養士歴は何年ですか

（　　年）

2．現在の勤務先および具体的な仕事の内容はなんですか（可能な方）

勤務先　（　　）

主な仕事の内容

3．食物アレルギーのあることは知っていましたか

a．知っている　100%
b．知らない　0%
c．その他（　　）

4．これまでに食物アレルギーの指導をしたことがありますか

a．ある　64.7%
b．ない　32.0%
c．その他（　　）　3.3%

5．4で「ある」と答えた方で、食物指導の指示はだれから受けることが多いですか

a．医師　67.8%
b．保健婦　18.6%
c．栄養士　2.3%
d．両親　5.1%
e．その他（　　）　6.2%

6．実際に食物アレルギーの患者さんの食物を作ったり、献立を作ったことがありますか

a．ある　21.2%

b．ない　77.4%

c．その他（　　）1.4%

7．また、その時、どの様な点に注意をなさいましたか（複数可）

a．制限食の代用食を指導し、調理に制限食品が入らないように考慮した。62.5%

b．実際の具体的な作り方を指導し、内容、種類に配慮した。18.7%

c．制限食に関連するその他の食品（二次食品を含めて）の説明をした　55.0%

d．発育過程に応じた栄養バランスを考慮した指導をした。25.6%

e．他児の食事も考慮して指導した。6.3%

f．家庭状況（兄弟の有無、母親の性格など）や家庭環境（代用食が手に入る地域など）を含めて指導した。18.8%

g．その他（　　）3.8%

8．これまでの経験で食事制限は必要であると思いますか。

a．はい　78.8%

b．いいえ　1.2%

c．その他（　　）20.0%

9．食事制限の程度で最も多いのはどれですか

a．二次食品も含めて完全に除去する　16.8%

b．そのものは完全に除去する　60.1%

c．そのものでも火を通していれば可とする　11.3%

d．毎日でなければ良い　13.2%

e．その他（　　）15.4%

１０．食物制限の指示はどの程度の間隔でうけていますか

a．６か月以内　13.2%

b．６－１２か月　18.4%

c．１２か月以上　2.3%

d．決まってない　58.8%

e．その他（　　）7.3%

１１．妊婦さんの食事制限の指導はしたことはありますか

a．ある　37.1%

b．ない　57.4%

c．その他（　　）5.5%

１２．これまでの経験で、妊婦さん食事指導が必要と考えますか

a．必要	34.7%
b．場合によって	58.5%
c．必要ない	1.2%
d．わからない	5.6%
e．その他（　　）	0.0%

１３．今後、食物アレルギーについてもっと知識を深めたいと考えていますか

a．はい	83.9%.
b．いいえ	0.1%
c．その他（　　）	16.0%

１４．研修方法としてどの様な方法を希望しますか

a．講習会、研修会	78.7%
b．学会	6.6%
c．専門病院への実習	24.7%
d．栄養士間での勉強会	25.7%
e．その他（　　）	2.1%

１５．研修回数はどのくらい必要と考えますか

a．１／年	47.8%
b．２／年	35.1%
c．３／年	10.9%
d．それ以上（具体的に　　）	6.2%

１６．具体的テーマがございましたら、ご記入ください。また、何かご意見があれば是非お聞かせ下さい

以下の回答は多い内容の順に並べてある。

①具体的な指導マニュアルが欲しい
②経験が少なく具体的な話が難しい
③アレルギーに関するいろいろな情報が入り、混乱している。
④講習会をしてほしい。
⑤専門の医師がいない
⑥指導時間が少ない

検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります

要約:
近年、栄養指導は保健指導の中の重要な位置を占め、 とくにアレルギー疾患が増加している現状から、乳児健診などでの食物アレルギーに関する栄養相談の希望が増えている。本研究は栄養士を対象に食物アレルギーについての認識、現状および研修などについてアンケート調査を行い、食物アレルギーに関して指導上の問題と方法について検討した。その結果、勤務栄養士の多くは食物アレルギー指導を行っており、医師の指示に従っているものが多かった。一方では、疾患に関する知識や経験不足から、保健指導・栄養指導に困惑し、母親へのニーズに対応仕切れないことが伺えられた。 とくに食事制限をするときは、母親を含んだ家族への支援と児への成長発育への注意、 さらには精神的・肉体的・経済的負担への配慮が重要なものである。 この面からも栄養士が家族、母親のニーズに対応できるように、研修会の実施や、医師、保健婦による密接な連携体制の整備が必要であろう。