

〔 特 集 〕

“時短” アレルギーケア 指導の極意， お伝えします



慢性疾患にうまく対処するには、Head（知識）、Hand（技）、Heart（心構え）という３つのHが必要と考えています。アレルギー疾患にとっての技（Hand）は、外用・吸入・点鼻・アレルゲン対策などのアレルギーケアです。アレルギーケアをする目的は、グッドコントロール維持です。グッドコントロール維持には、コントロール不十分だとどんな不利益があるか？ というエビデンスに基づいた知識（Head）が必要です。知識があれば、目の前の子どもをグッドコントロール維持に導いていきたいという心構え（Heart）をもつようになります。そして、これがもしかしたら一番大事かもしれませんが、子ども自身の治りたい気持ちが出てくるのをジッと信じて待ちます。

この３つのHを愚直に意識し続けながら、知識（Head）をアップデートして技（Hand）と心（Heart）を磨き続けることが、アレルギーケア指導の極意であると感じています。しかも、矛盾しているかもしれませんが、これをできるだけ時間と手間をかけず、シンプルに、パワフルに、しかし患者さんの事情にあわせてフレキシブルに対処するのが腕の見せ所です。

それぞれの著者たちのノウハウを惜しみなく絞りだしていただきました。どれか一つでもよいので明日からの指導に役立ててください。

（神戸市立医療センター中央市民病院小児科／岡藤郁夫）

