



## 臨床研究部 からのお便り

# うちの子はよくかぜをひきます。 異常じゃないかしら。

第10回



うちの子はほんとうによくかぜを引くんです。…なんてことをよくお母さん方からおうかがいします。大方は、しょうがないなという感じでおっしゃいますが、なかには、ひょっとしたら異常じゃないかしらと心配される方もみえます。一般的にこどもたちは、一年に何回くらいかぜを引くんでしょうか。

これまでの研究によれば、6歳未満の健康な小児は平均して一年に6-8回のかぜのエピソードがあり、平均罹病期間は14日、年長児や成人は一年に平均して2-4回で罹病期間は5-7日とされています。デイケア（日本では保育園）に通っている子供はそうでない子供よりも多くのエピソードがありますが、小学校入学後はデイケアに通っていた子供の方がエピソードは少ないとされています（Heikkinen T, Jarvinen

A. The common cold. Lancet 2003; 361:51-59.）。これはフィンランドでの調査ですから日本とは状況が異なるかもしれませんが、原因となっているウイルスは大差ないので、大きくは変わらないんじゃないかなと思っています。

ここで報告されているように、保育園に通っている子供はそうでない子供よりも多くのかぜのエピソードがあるとされており、これは日本でもよくみられることです。保育園などでは、かぜの原因となるウイルスへの曝露の頻度が多いからだと考えられています。いわゆるかぜを起こすウイルスは、ライノウイルスを筆頭に、コロナウイルス、アデノウイルス、エンテロウイルスなどですが、これらのウイルスに一度感染すると当然そのウイルスに対する免疫ができます。しかしながら、できた免疫は必ずしも感染自体を防止できませんが、少なくとも症状を軽くします。また、これらのウイルスには似たウイルスがそれぞれ100くらいずつありますので、同じ仲間だけど、少し違ったウイルスにまた感染することはあ

るのですが、この場合には1回目に罹ったウイルスに対する免疫の効果により、その症状は、はじめて罹ったときよりも軽くなります。

このように考えますと、保育園にいる年長の子供たちは、すでにいろいろなウイルスに罹っていますので、それらに対する免疫を持っています。持っているおかげで、再び似たようなかぜのウイルスをどこからもらっても、自分たちはあまり症状がでなかったり、症状も軽くて熱もでなかったりして、元気で普通に保育園に登園します。でも、ウイルスには感染していますので、それは、それらのウイルスに免疫のない子供たちにうつるわけです。そして新しく入園してきた子供たちは、最初はいろんなウイルスをもらうので、よくかぜを引くわけですが、半年から一年で、一通りのウイルスを経験すると、免疫も一通り付いて、あまりかぜを引かなくなるわけですが、その反面、上述のようにウイルスには感染するけれども、症状は軽いので、次の年新しく入ってきたこどもたちにうつしてしまう…というように、毎年順繰りに起こっているわけです。まるで社会の縮図のようですね。



ここで報告されているように、保育園に通っている子供はそうでない子供よりも多くのかぜのエピソードがあるとされており、これは日本でもよくみられることです。保育園などでは、かぜの原因となるウイルスへの曝露の頻度が多いからだと考えられています。いわゆるかぜを起こすウイルスは、ライノウイルスを筆頭に、コロナウイルス、アデノウイルス、エンテロウイルスなどですが、これらのウイルスに一度感染すると当然そのウイルスに対する免疫ができます。しかしながら、できた免疫は必ずしも感染自体を防止できませんが、少なくとも症状を軽くします。また、これらのウイルスには似たウイルスがそれぞれ100くらいずつありますので、同じ仲間だけど、少し違ったウイルスにまた感染することはあ

こどもたちは、こどもたちの社会に入っているいろんな経験を積んで、社会性を身につけていくわけですが、同時に社会に出ることによって、いろんなウイルスをも経験しているわけですので、頻回にかぜを引くと言うだけで過剰に心配される必要はありません。しかしながら、いわゆるかぜではなく、扁桃炎を1か月おきに繰り返すとか、肺炎を一年に2回以上起こす、2回以上皮下膿瘍や敗血症にかかる、中耳炎を一年に4回以上繰り返すなどの場合には、特殊な疾患や免疫不全を疑わねばならない状況もあります。これについては、また次回お話しします。

（臨床研究部長 谷口 清州）