

鹿児島県助産師会 研修会研修報告

研修会名：「大切な新生児期からのスキンケア」

講師：鹿児島大学医学部保健学科 母性小児看護学講座

准教授 山本 直子 氏

日時：2018年6月30日（土）14：00～16：00（13：30受付開始）

会場：勤労交流センター（よかセンター）7階第一会議室

参加者：助産師、薬剤師、臨床心理士、保育士

参加者： 50名

当日の進行

- | | |
|-------|---|
| 13:00 | スタッフ集合 ミーティング
会場設営
・受付のセッティング（名簿、当日資料、受講証）
・マイク二本テスト、音響確認、空調調節 |
| 13:30 | 受付開始
講師との打ち合わせ
プロジェクター設置・動作確認 |
| 13:55 | 影ナレスタート |
| 14:00 | 研修会開始
講師紹介 |
| 14:03 | 講話開始・グループワーク |
| 15:08 | 休憩（5分間） |
| 15:13 | 後半講話開始、実技（クリームの塗り方） |
| 16:00 | 講話終了
鹿児島県助産師会挨拶 鹿児島県副会長 市来久美 |
| 16:15 | 閉会挨拶
保健指導部会部会長 久永 房子
撤収 |

(研修会の様子)

グループワークの様子



講話の様子



研修会内容

本日の目当て

スキンケアで皮膚バリア機能を高めよう

※資料は「大切な新生児期からのスキンケア」以後、資料は㊦と表示する

1、皮膚とは「表皮+真皮」のことを指す (㊦2 から 3 ページ)

表皮の働き

- ・水分蒸発を防ぐ
- ・外的刺激から守る

厚さ→大人でもラップ一枚分

赤ちゃんはその半分

真皮は肌の土台となる場所

コラーゲンやヒアルロン酸など肌の主要な成分が構成に関わり、肌に弾力やハリを与える

この2つで構成される皮膚の厚みは大人で2mm、

赤ちゃんは大人の1/2~1/3

2、乳児の肌の特徴

大人よりずっと薄く、水分は蒸発しやすく、外的刺激が入り込みやすい (ドライスキン)

→「乾燥しやすく、刺激による皮膚トラブルを起こしやすい」

荒れた皮膚→アレルゲンとなる物質も通過しやすくなる

→経皮的アレルギーを起こすリスクが高まる

汗っかき

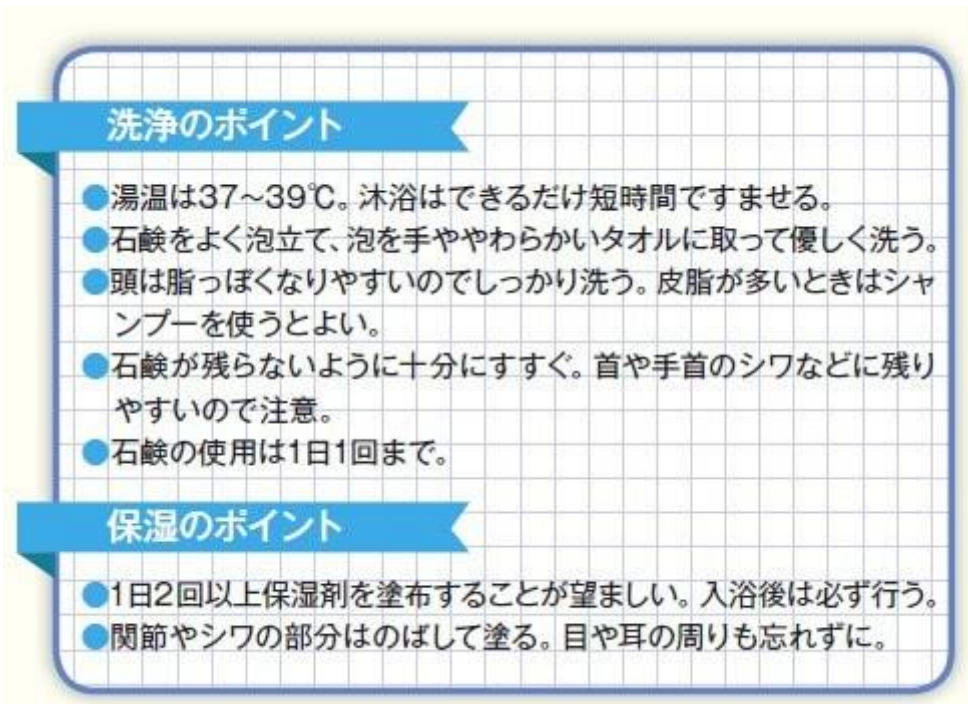
3、清潔の維持 (㊦4 から 5 ページ)

清潔の維持は、雑菌による感染を起こさない、悪化させないために必要

沐浴は石鹼を浴泡立ててたっぷりの泡で優しく洗い、しっかりすすぐ

ガーゼハンカチは目が粗く刺激になるので素手か眼鏡吹きのような柔らかい布使用

石鹼は刺激性の少なく、無添加、無香料をえらぶ



4、保湿（⑥から7ページ）

「新生児期からの保湿剤の塗布により、アトピー性皮膚炎の発症リスクが3割以上低下する」

2014年 国立成育医療研究センター生体防御系内科部アレルギー科医長 大矢幸弘

具体的には新生児期～生後6ヶ月まで毎日、全身保湿を行うことで、アトピーの発症率が3割低下したとのこと。

肌を良い状態でキープする事の重要性を表した結果となった。

表面保湿か、角質浸透か湿剤を選ぶポイント

保湿剤を成分で分けると

油性成分→ベビーオイルやワセリンなど

吸水性・吸湿性成分→ローションやジェル、クリームなどのもの

※それぞれの特徴を知り、使い分けることが大切。

油性成分の保湿剤は、皮膚の表面をおおって水分の蒸発を防ぐもので、水分補給はできない。

洗浄後はまず吸水性・吸湿性成分の保湿剤で水分を補給。

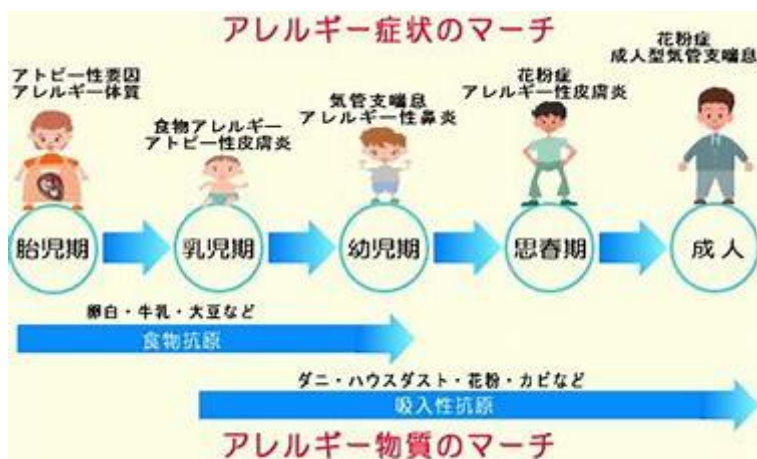
そのご、油性成分の保湿剤を塗って水分の蒸発を防ぐ。

頬やお腹、脇腹、手足は特に乾燥しやすいので、しっかりケアする。

5、アレルギー (資) 10～11 ページ)

アレルギーマーチ

年齢とともに次々と症状が現れることを、アレルギーの進行に例えて呼ぶ



新生児期からスキンケアしておくことでアレルギーは予防できる

口から入った(腸管)アレルゲンより、肌からの方がリスクが高い
→皮膚炎を放置しない

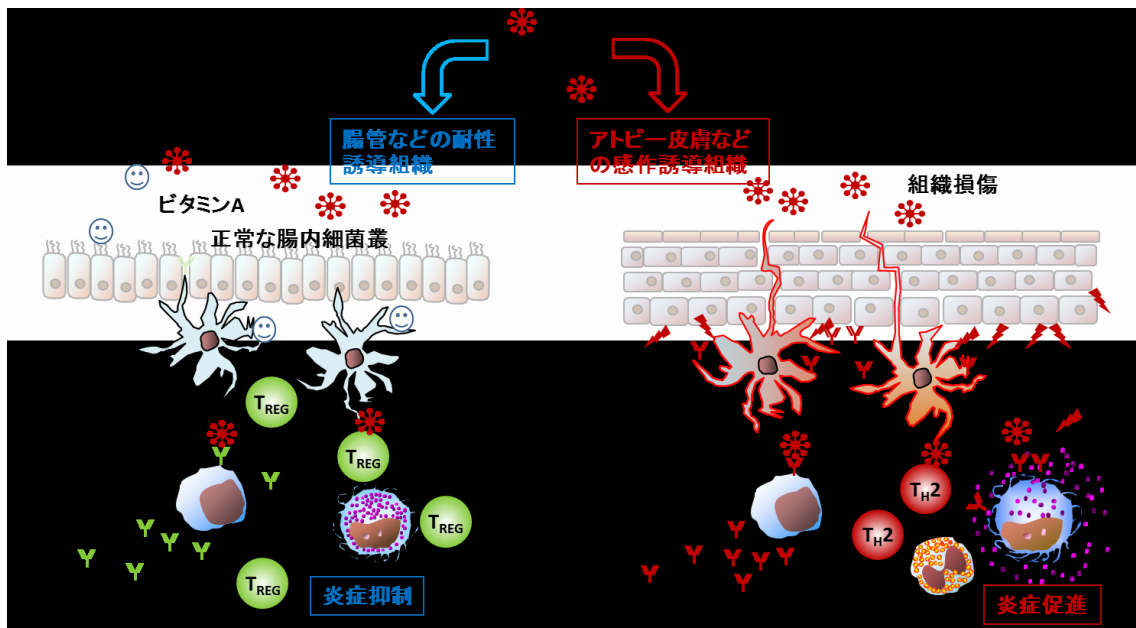
(今までと変わったところ)

除去食→妊婦の時は除去食はしない。

離乳食を生後5～6カ月以降に遅らせない

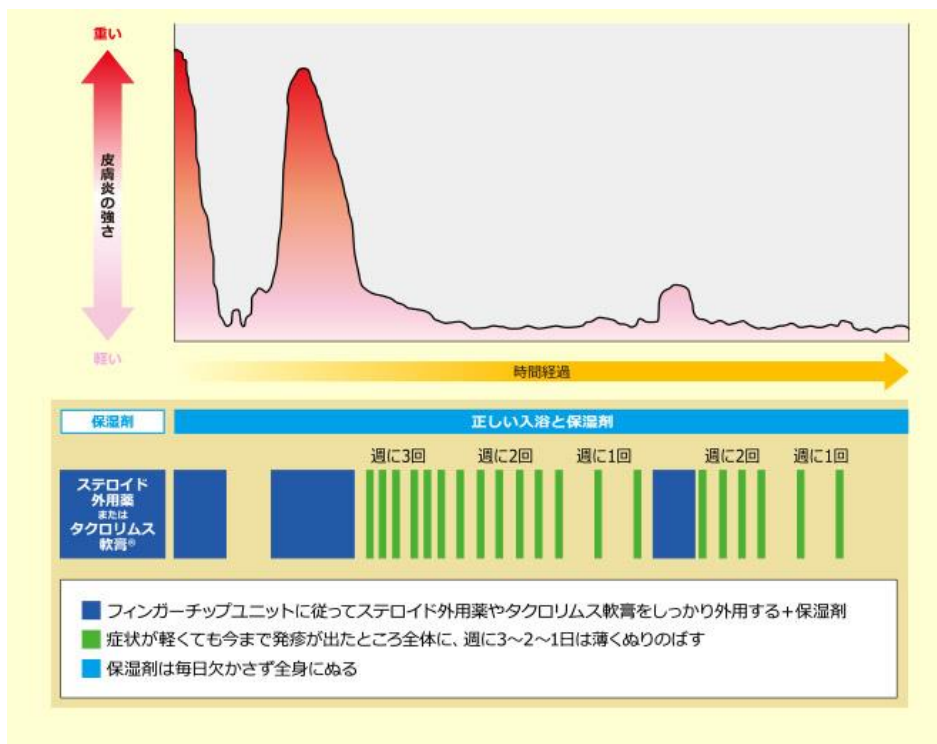
卵も

同じアレルゲンであっても、健康な舌下や腸管などの組織から侵入すると耐性を誘導し、アトピー性皮膚炎など傷ついた組織から侵入すると炎症を促進



健康な腸管ではアレルギー反応を抑制する制御性 T (TREG) 細胞などの細胞が増殖しやすいのに対し、アトピー性皮膚炎の患部組織では、アレルゲンを取り込み、その情報を伝達する役割をもつ樹状細胞が突起を伸ばしていたり、アレルギー反応を増強する 2 型ヘルパー T (TH2) 細胞などの細胞が増加したりしているため。

(アトピー性皮膚炎のプロアクティブ療法)



6、紫外線対策

ビタミンD欠乏症が増加している

(背景)

- ・近年若い女性の行き過ぎた日焼け止めの使用や紫外線不足からの妊婦のビタミンD不足 (SPF30の日焼け止めで皮下のビタミンDの産生は5%落ちる)
- ・生後の日光浴不足、骨量が少ない赤ちゃんが多い、
- ・完全母乳栄養

※適度な外気浴の必要性。

外気浴の効果

くる病予防のためのビタミンDを作る

新陳代謝を活発にし、皮膚を丈夫にする

日焼け止めクリームの乳児への使用は、衣類や日よけなどその他紫外線対策を併用しながら行う。

日焼け止めクリームもしっかり洗い流すことが大切

7、結論

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">①皮膚のバリア機能を高める②アレルギー予防③清潔にして保湿する④新生児期から行う |
|---|

母親に接するときの注意点

→スキンケアを負担に感じる可能性あり

- ・妊娠中からのスキンケアについての情報提供
- ・世代間での意見の食い違いを防ぐため家族への情報提供