

健康 ぷらざ

香料による新しい健康被害も — 化学物質過敏症 —

企画：
日本医師会

No. 508

指導：渡辺一彦小児科医院 院長 渡辺 一彦

体調不良の原因は“香り”？

最近、香料付きの柔軟剤、石けん・洗剤、消臭除菌スプレー、化粧品、制汗剤、文房具などが広く出回っています。その香りは家庭内だけではなく、学校、職場、店舗などの施設、公共の建物、交通機関、そして時には公園や道路にまで漂っていることがあります。

世の中にはそうした香りを心地よいと感じる人ばかりではなく、不快を感じる人もいます。さらに一部にはそれらの香りによって頭痛やめまい、吐き気、咳き込み、皮膚のかゆみ、眼・鼻・喉のヒリヒリ感、全身倦怠感、集中力低下などが生じる人もいます。

化学物質過敏症の一種

これらの症状は香料による化学物質過敏症(CS)かもしれません。香料が含まれる製品は刺激が強くなったり、効果が長持ちするようになっています。香料による新たな「公害」であり、まさに「香害」です*。

いったん香料による不調を感じると、次から次へと身の回りの物質に反応し、生活が不自由になることや、健康被害が広がり重症化することもあります。発症には個人差があるため、CS患者は周囲には「大げさ」「神経質」と受け取られることもあります。

また香料を使った製品は、育児、保育の現場でも使用されており、不調を訴えることのできない乳幼児に将来どんな影響があるのかも心配です。

*CSは香り以外の物質によることもあり、「無香料」と記されているものも安全とは限りません。



香料製品との相性を知ろう

残念ながら、現在のところCSを治す薬はなく、換気や空気清浄機、活性炭入りのマスクを使っても効果は限定的です。治療としては、誘因となる物質を回避し、良好な環境で生活を続けるしかありません。

まずは使用している香料製品が、あなたに、また周囲の人に健康被害を起こす可能性があることを認知してください。



化学物質過敏症

企画：
日本医師会

No. 550

指導：ふくすみアレルギー科 院長 吹角 隆之

原因・悪化因子は何か

化学物質過敏症は、空気中を漂う化学物質を吸入することにより症状が出る病気です。患者の3/4は女性で、30歳～50歳代に多く見られます。

原因・悪化因子となり得る具体例を表1に示します。これらを短期間に大量に吸入する、あるいは少量でも長期間吸い続けると、化学物質過敏症を発症する可能性があります。もちろん、誰でもが発症するわけではありません。アルコールの代謝に個人差があるように、化学物質を代謝する能力には個人差が大きいからです。

表1 化学物質過敏症の発症・悪化要因となるもの

分類	関係する場所・場面	具体例
においのするもの	生活全般	芳香剤、香水、香料(洗剤、柔軟剤、アロマ、化粧品、ハンドクリーム、シャンプー)、制汗剤、消毒剤、漂白剤、塩素
においを消すもの	生活全般	消臭剤
虫や微生物などを殺すもの	屋内外	農薬、シロアリ駆除剤、防虫シート、殺虫剤、防虫剤、防腐剤
草を枯らすもの	屋外	除草剤
有機溶剤	新築の建物、家具、生活全般	接着剤、塗料、マニキュア、インク(印刷物)
かそ可塑剤、難燃剤	屋内	ワックス、塩化ビニル(壁紙)、プラスチック、防災カーテン
燃焼物	屋内	たばこ、石油・ガスストーブ、線香
	屋外	排気ガス、火事、工場・ごみ焼却場などの煙突の煙、野焼きの煙
工事現場等	新築・改築・修繕工事 解体工事、防水工事、道路工事	建築資材、粉じん、ブルーシート、アスファルト
その他	産業廃棄物処理場・野積み	悪臭
	屋外	黄砂、PM2.5


「においのするもの」はいわゆる「香害」の原因となり、赤字は高頻度で要因となりますが、表内の全てが要因となる化学物質を発生するわけではありません。

どのような症状が出るのか

症状は多彩で、化学物質や人により異なります。主な症状を表2に示します。いったん発症すると、同じ化学物質を微量でも吸入すると症状が出てしまうようになります。さらに別の種類の化学物質でも症状が出るようになり、反応する化学物質が次々と増えていくことを多種類化学物質過敏症といいます。ここまでくると日常生活に大きな支障をきたします。

表2 化学物質過敏症の主な症状

においに敏感、
頭痛、倦怠感、筋肉痛、関節痛、
風邪のような症状、微熱、
動悸、呼吸困難、
目がチカチカする、まぶしい、目の焦点が合わない、
鼻炎、鼻血、
記憶力・思考力・集中力低下、不眠、
皮膚のかゆみ、
下痢・便秘、月経異常、不正出血、
イライラ、怒りっぽい、不安・うつ・パニック障害



「化学物質過敏症」の存在を知ることから

化学物質過敏症だと気づかずに、症状ごとに受診して病院を転々としても、診断がつくことはまれです。病院にも化学物質が多く、症状が出て受診できないこともあります。

診断されて治療を始めるには、患者自身と医師が、「化学物質過敏症ではないか?」と気づくことが何より重要です。さらに、化学物質過敏症に対する家族、医療関係者、行政、職場や学校の理解と協力が欠かせません。理解してもらえただけでも、患者の気持ちはずいぶん楽になります。



目医
バーコード読み取り機能付き
携帯電話もしくはスマートフォン
でご利用いただけます。

県民の方

事業者の方

県外の方

Mother Lake 琵琶湖

県政情報

🚨 防災・災害情報

滋賀県 > 県民の方 > 健康・医療・福祉 > 健康

化学物質過敏症について

2021年6月22日

ツイート

いいね! 122

シェアする

LINEで送る

化学物質過敏症とは

定義

化学物質過敏症は「過去にかなり大量の化学物質に一度接触し急性中毒症状が出現した後か、または生体にとって有害な化学物質に長期にわたり接触した場合、次の機会にかなり少量の同種または同系統の化学物質に再接触した場合にみられる臨床症候群」（Cullen, 1987）と定義されています。

概要

化学物質過敏症は、過敏という名が示すように、ごく少量の物質にでも過敏に反応する点ではアレルギー疾患に似ています。

さらに化学物質過敏症は、低濃度の化学物質に反復暴露されていると体内に蓄積し慢性的な症状を来すという中毒性疾患に近い性格も兼ね備えています。

化学物質過敏症は未解明の部分が多い疾患ですが、このようにアレルギー性と中毒性の両方に跨る疾患、あるいはアレルギー反応と急性・慢性中毒の病状が複雑に絡み合っている疾患であると考えています。

（厚生省長期慢性疾患総合研究事業アレルギー研究班「化学物質過敏症～思いのほか身近な環境問題」パンフレットより引用）

化学物質過敏症の主病状

自律神経障害：発汗異常、手足の冷え、頭痛、易疲労性

精神障害：不眠、不安、鬱状態、不定愁訴

眼科的障害：結膜の刺激症状、調整障害、視力障害

消化器障害：下痢、便秘、悪心

運動器障害：筋力低下、筋肉痛、関節痛、振せん

免疫障害：皮膚炎、喘息、自己免疫異常

循環器障害：動機、不整脈、循環障害

気道障害：咽頭痛、口喝

内耳障害：めまい、ふらつき、耳鳴り

（厚生省長期慢性疾患総合研究事業アレルギー研究班「化学物質過敏症～思いのほか身近な環境問題」パンフレットより引用）

健康・医療・福祉

健康

医療

保険

薬事・感染症

高齢者福祉・介護

障害福祉

地域福祉

原因物質

原則的にはアレルギー性疾患同様、その患者さんにとって合わない物であれば何でも原因物質になる可能性があり、世の中の物質すべてといっても過言ではありません。

以下のような物質が頻度的に原因物質となる可能性が高く、意外と日常生活の中で身近に存在し、意識せずに接触している可能性が高いと考えてよいと思います。

- ・ 整髪剤、香料、柔軟剤
- ・ 洗剤（合成洗剤等）、漂白剤、芳香剤
- ・ 大気汚染物質、花粉
- ・ ディーゼル粉塵、排気ガス
- ・ 殺虫剤、除草剤、シロアリ駆除剤
- ・ 建材、接着剤、ホルマリン、塗料
- ・ カビ、ダニ、ちり、動物の毛
- ・ 食品、食品添加物、残留農薬

（資料：厚生省長期慢性疾患総合研究事業アレルギー研究班「化学物質過敏症～思いのほか身近な環境問題」パンフレット、「平成27年度環境中の微量な化学物質による健康影響に関する調査研究業務報告書」（学校法人東海大学））

治療

病態生理に不明な点が多いため、本症に特化した治療法は未だ確立されていません。その理由は、複数の病態が重なり合って存在することによる個人差要因が極めて大きいからです。

現時点での対応としては、病状を誘発させると考えられる原因物質からの回避がもっとも有効な対処法です。

（「平成27年度環境中の微量な化学物質による健康影響に関する調査研究業務報告書」（学校法人東海大学）より引用）

化学物質過敏症の方への配慮をお願いします

症状はいつでも健康な人では許容できる程度の極めて微量な化学物質との接触で生じます。このため、患者さんが安心して生活するためには、周囲の方々だけでなく、社会全体の協力が欠かせません。

私たち一人一人が化学物質過敏症へ理解を深める必要があります。具体的には、洗剤、漂白剤、芳香剤などの日用品の香りが、近くにいる方には苦痛となる場合があることにご理解いただき、ご配慮くださいますようお願いいたします。

消費者庁・文部科学省・厚生労働省・経済産業省・環境省作成ポスター

30 進取の まちづくり

政策の柱5 みんなではぐくむ地域づくり

政策⑨ 住民が主人公の地域形成

関連するSDGs



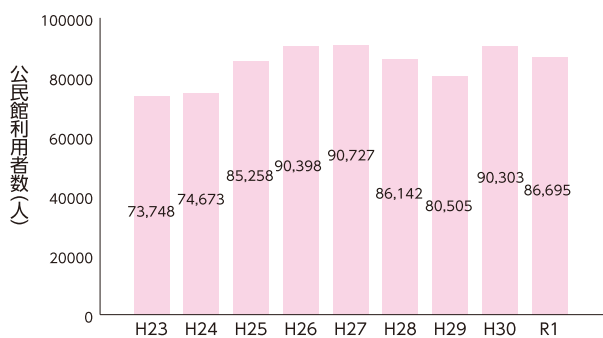
めざす姿

地域の課題解決や活性化に向け、住民自ら学びあい主体的で活発な自治活動があり、多機能な公民館を拠点とした協働と自治の力で時代に合うそれぞれの特色ある地域づくりが進むまち

課題

- 住民団体やボランティア団体、NPO、企業・事業所等の交流や情報共有を図る必要があります。
また、それらの団体間をコーディネートする機能が必要です。新しく地域課題に取り組もうとするボランティアの組織化、育成に対する支援が必要です。
- 特色ある7つの公民館活動の発展と資質向上を図るため、公民館関係者の情報交流と研修、学習が必要です。
また、住民自らが地域課題に気づき、解決するための話し合いの場づくりや学習活動に取り組むしかけや仕組みが求められています。
幅広い世代や自治会に加入していない住民も、公民館等の社会教育活動や地域活動に参加・参画できるよう、時代のニーズにあった事業や機会づくりが必要です。
- 少子高齢化と人口減少が加速化する社会のなかで、住民自らが地域の困りごとや課題を発見し、我が事として捉えるなかで、地域づくりについて学び、地域の課題解決に向けて、取り組みにつなげることが必要です。

…公民館利用者数



まちづくりみらいカフェ



各地区まちづくり懇談会

基本施策① 協働のまちづくりの推進

誰もがまちづくりの主体となれるよう、各種団体やNPO等、地域のさまざまな活動を支援し協働の取り組みとするなかで、SIB(ソーシャルインパクトボンド)の手法も取り入れ、共にまちづくりを進めます。

また、新しく意欲を持って地域課題等に取り組もうとするボランティア活動を支援し、中間支援組織を育成します。

【主な取組】 ●次代を担う人材の発掘 ●市民活動(団体)の活躍のための仕組みづくり

基本施策② 公民館を中心とした社会活動への参画と地域づくり

各種事業やイベントを通じて、身近な施設としての公民館を目指します。

また、地域課題解決のための学習活動の取り組みや地域の人と人とのつながりを育み「つどう」「まなぶ」「むすぶ」を合言葉に住民の生涯学習と地域づくりの拠点となる活動を推進します。

さらに、職員自らの学習活動を推進し、各地区の取り組みの情報交換や公民館活動の充実につなげます。

【主な取組】 ●地域コミュニティの拠点づくり ●公民館単位の地域づくり

基本施策③ 住民の自治活動の活性化

地域での人と人とのつながり(きずな)を育み、顔の見える関係のもと、住民が自ら暮らしやすい地域をつくり、安全で安心して住み続けられるまちを目指します。

また、地域の力を活かした課題解決能力を高めることで、住民の活発な自治活動を持続発展させ、地域の課題について、住民自ら発見し、学び、取り組んでいくまちを目指します。

【主な取組】 ●中山間地域の活力の維持 ●自治会活動の維持 ●地域コミュニティの活性化に向けた仕組みづくり

指標(めざす姿の実現に向けた取組状況を把握するための数値)

	指標	基準値	目標値(中間)	目標値(期末)
①	まちづくり計画の策定自治会数(累計)	R1:16自治会	R7:24自治会	R12:32自治会
②	協働のまちづくりができていると思う人の割合	H30:44.9%	R6:50%	R10:55%
③	公民館利用者数	R1:86,695人	R7:88,000人	R12:90,000人

【関連する個別計画】

●日野町教育振興基本計画

※住民の皆さんのこんな声に応えていきます!

- 自治会のあり方を時代に合わせた形に変えていくことが大事だと思う。行政とともに取り組みをすすめたい。
- それぞれの立場の人が協力し合って、住民が主体性を持てるような仕組みがあることが大切だと思う。
- 自分の住んでいる集落から住みやすい環境をつくっていききたい。
- 地域の活動について女性や若者の意見を取り入れ、今に合うような形で取り組んでいくことが必要。
- 学びやすい環境にある公民館について、その活動の内容をわかりやすく宣伝し、若者向けの事業を増やしたり世代間交流の場にするなど、公民館の行事で地域を盛り上げることが大切。一方で高齢化のため行事の簡素化も同時に考えていくことが必要と思う。
- 公民館や自治会の活動が進んだまちで、自分たちの地域を自分たちで守る気概がある。その中で、自治会の改編の検討を進めていくことが必要となってきている。
- 地域の人と顔を合わせる行事を行っていくとともに、若者が住みたい地域づくりも考えていくことが必要。

