

# 学童期の 摂食障害について

「食べたいのに食べられない子どもたちの心とからだ」

**摂食障害って  
どんな病気ですか？**

摂食障害には大きく分けて、制限型と過食型の2つのタイプがあります。学童期発症の摂食障害の多くがこの制限型で、通称拒食症と呼ばれています。食量の制限、過剰な運動などによって頑固に体重を減らそうとしますが、それが病的だと自分で気付いていないのが特徴です。

**どんな症状がありますか。**

著しくやせたり、やせている

にも関わらず、やせているとは思わなくなったり、少しでも体重が増えると不安になったりします。食事と関係ないところでも、自信をなくしたり、無気力やうつ状態になったり、友人や家族から孤立したりします。やせが進むと、生理が止まったり、うぶ毛が濃くなったり、髪が抜けたりもします。また低体温、1分間に心拍数60回以下の徐脈、低血圧などをきたします。代謝がおち、体が冬眠状態、省エネモードに入った状態になるのです。もちろんこのような症状が当てはまる場合でも、他の体重

**子どもが摂食障害になるとどうなりますか。**

が減ってしまう病気を除外しなければなりません。たとえば糖尿病などの内分泌疾患や、潰瘍性大腸炎などの炎症性腸疾患、脳腫瘍や白血病などの腫瘍性疾患などです。ほかにも食べたくても食べさせてもらえていない、つまり養育放棄、虐待を受けているケースもあり注意が必要です。

成長、成熟過程にある子どもの体は、慢性的な栄養不良により様々な影響をうけます。成長

障害、二次性徴の遅延などのほか、心機能への影響は、致死的不整脈による突然死など命に関わることもあります。ある報告では、健常な10代の女性の死亡率に比べ、摂食障害を発症した同年齢の死亡率は10倍高いとされています。死因は不整脈などの突然死が54%、自殺が27%、特定できない死亡が19%でした。

**私たち大人が気を付けられることはありますか**

摂食障害を発症する子どもたちを見てみると、その多くが、周囲に非常に気を遣い、期待に添うべく必死に頑張るような、いわゆる大人からみた「いい子」です。人知れず無理をしてストレスを一人で抱え込み、他に発散する対象を見いだせず、体重を減らすことで自己表現をしたり、達成感を感じたりするようになるのです。こういった子どもたちのSOSに早めに気付いてあげることが大切です。子どもの摂食障害では予防も重要です。学校では校医さん、養

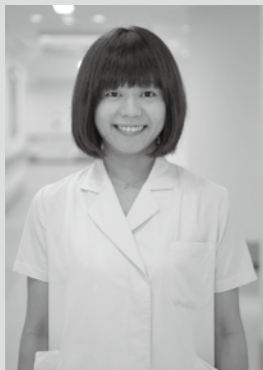
護教諭、部活のコーチたちが正確な知識を身に着け、正しく指導を行う事ができること、また家庭では保護者が、子どもたちの食生活の実態を把握することが大切です。社会的にも、ダイエットの低年齢化における危険性への啓蒙が必要です。最近では、小学生向けの雑誌にもダイエット特集する記事はめずらしくありません。

**最後に**

育ち盛りの子どものやせを放置してはなりません。摂食障害は静かな安楽死と言われることがあります。言葉にならないさみしさや不安を解決できずに、苦しむ子どもたち。たかがダイエットと、子どもの不食や拒食を見逃し続けると、やがて一家団欒の食卓が戦場へと化し、家族やひいては次世代へも深刻な影響を与えます。周りの大人たちの気づきで、深刻な状況に陥る前に医療機関へ相談してください。摂食障害は、家族と多職種スタッフが協力し、根気よ

く、愛情を持って患児と接することで、治すことができる病気であることを知ってほしいと思います。

## 今月の先生



岐阜市民病院 小児科  
**遠渡沙緒理** 先生

- 専門分野  
小児科一般、小児血液・腫瘍、  
小児心身症
- 役職  
小児血液疾患センター医長
- 主な資格、認定  
日本小児科学会専門医  
日本血液学会専門医
- 日本造血細胞移植学会  
造血細胞移植認定医  
CLIC (小児がん診療に携わる  
医師に対する緩和ケア研修会)修了
- 卒業年  
平成16年卒