



【香りが原因で体調不良！？】



柔軟剤や香水などの香りが原因と考えられる症状で学校生活に支障を生じる児童生徒等がいることが近年札幌市に報告されています。

急に発症することもあることから、化学物質過敏症の方がいない学校でも予防的に対応していくことが望まれています。そこで、各学校での活用を目的に札幌市教育委員会がリーフレットを作成しています。

本号ではその内容を中心にをご紹介します。閉め切った屋内で過ごすことの多い冬場、誰もが健やかに過ごせるよう、お互い気を付けたいですね。

【化学物質過敏症とは】

大量の化学物質や薬品にさらされたり、微量であっても繰り返し、あるいは長時間さらされたりして、ある時点から非常に微量の化学物質や薬品に過敏に反応して起こる健康障害と言われています。

反応を起こす化学物質や薬品の種類や量、起こる症状は人によって様々。一般に安全であると言われている濃度・質量以下にさらされることでも発症することがあり、誰もが注意しておく必要があります。

【代表的な症状】

- 自律神経系症状：頭痛、めまい、疲れやすい、手足の冷え、発汗異常、微熱等
- 神経・精神症状：不眠などの睡眠障害、不安感、うつ状態、筋力低下、筋肉痛、関節痛、振戦、手足のしびれ、記憶力低下、集中力低下、意欲の低下等
- 気道症状：のど、鼻の痛み、鼻血、咳、息苦しさ等
- 消化器症状：吐き気、腹痛、下痢、便秘等
- 感覚器症状：目の刺激感、目の疲れ、ピントが合わない、鼻の刺激、味覚異常、音に敏感等
- 循環器症状：動悸、不整脈、胸部痛等
- 免疫症状：風邪をひきやすい、湿疹、じんましん、喘息等

【家庭から学校に持ち込まれる香りの例】

- ・柔軟剤
- ・洗濯洗剤
- ・香水
- ・化粧品
- ・シャンプー
- ・制汗剤
- ・たばこ
- ・芳香剤
- ・防虫剤
- ・香り付き文房具
- ・絵の具・・・等



時間が経ってから症状が出る場合もあるので、学校で元気でも、学校で原因物質に触れ、帰宅後に具合が悪くなることもあります。

【体験者からの手紙】

柔軟剤の臭いで具合が悪くなることについて、学校に相談しているさなかに自力での着替えや歩行ができなくなり、登校できなくなってしまった生徒から市に手紙が届きました。化学物質過敏症になって学校に通えず、大好きな友達や先生に会えなくなって悲しかった経験と、多くの人に化学物質過敏症のことを知ってもらえたら学校生活を楽しくていたかもしれない、という思いから以下のお願いがつづられています。

「ほとんどの人が気付かない・気にならない臭いや、人によって良い香りと感じる香り、臭いがない物にも反応します」
「ほとんどの人は反応しないので、反応してしまう人の辛さに気づけないことが多いです」
「原因となるものから回避できたら、症状もなくなり通常の学校生活を送れます」

一般に良い香りとされているものも、香りが強いと人によっては辛いものになることを理解して「香りのエチケット」を心がけていきましょう。

(引用・参考：札幌市ホームページ、札幌市教育委員会リーフレット)