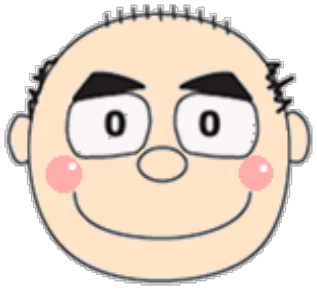
かねはら小児科ニュース

すくすく



NO.104　令和８年７月１日発行

グレーゾーン

院長　金原　洋治

グレーゾーンと言う言葉をよく耳にしますが、いろいろな意味で使われています。完全に黒ではないが、黒に近い領域であり、例えば、法律や規則のグレーゾーンは違反スレスレの領域を指します。今回は医療分野でのグレーゾーンのお話です。

身体疾患のグレーゾーン

がんや糖尿病などの身体疾患でも血液や細胞の様々な検査を受けても、診断には至らない状態がグレーゾーンに相当します。例えば、糖尿病の場合、境界型糖尿病がグレーゾーンですが、基準が変わることもしばしばあります。高血圧や他の病気にもグレーゾーンがあります。

障害のグレーゾーン

身体障害においても、病気や障害はあっても障害者手帳の交付が受けられない方がいます（グレーゾーン）。これは日常生活の困難度に線を引いて等級表を作成するため、障害に該当しないという判定になるからです。知的障害や精神障害の線引きはもっと難しく、医学的な診断分類やガイドラインも５～１０年毎に変更されています。

精神疾患のグレーゾーン

うつ病ではなくても、悲しいことが起きた時、つらい思いをした時には誰しも気持ちが落ち込んだ状態になることがあります。そんな症状を抑うつ気分といいます。一時的な状態を「抑うつ状態」と呼びますが、より重い場合や期間が長い場合に「うつ病」と診断します。「抑うつ状態」と「うつ病」の境界はグレーゾーンです。

不安な感情は、人間が生命の危機や危険を避けて生活するためにとても大切で、不安な感情のおかげでケガや大きなトラブルを回避し適切な行動を選択することができています。しかし、不安の感情が強くなり日常生活に支障をきたすようになると「不安症」と診断されます。「不安な状態」と「不安症」の境界はグレーゾーンです。

発達障害のグレーゾーン

自閉症やＡＤＨＤなどの発達障害特性は、濃淡はあるものの全ての人が持っている特性ですが、活動や参加に支障がある場合に診断する決まりになっています。診断基準を用いて、日常生活や社会生活上の困難や生きづらさがある点を確認することで診断しますが、スペクトラム状であり環境や年齢などにより境界は変化します。発達障害グレーゾーンとは、「発達障害の基準は満たしていないが、発達障害でないとも言えない曖昧な状態」です。

発達障害はパステルゾーン

色には赤、青、黄色など多くの種類があり、青と黄色を混ぜると緑になるように色の種類は無限で濃淡もあります。自閉症やＡＤＨＤ、学習障害など複数の発達障害が同時にあると、同じ障害があるにも関わらず見え方が変わります。また、発達障害は人生のステージによって、障害が強くなったり弱くなったりします。沖縄の泉川良範先生は、発達障害グレーゾーンはパステルゾーンと呼ぶことを提唱していますが、素敵な言葉だと思います。

グレーゾーンの生きづらさ

病気や障害特性が少しあるけれど自分でも気づいていない場合は周囲の人に理解してもらいにくいので、社会生活が思うようにできず悩んだり無理をしたりする場合があります。グレーゾーンかなと思ったら、専門機関に相談することをお勧めします。

新任心理士のご紹介

４月より勤務しております心理士の原田奈保(はらだなほ)と申します。
月曜日から土曜日まで毎日、２階でカウンセリングや心理検査を担当しています。
心理士として、生活の中での出来事や嬉しいことや楽しいこと、怒ったことなど日々感じていることをお話ししながら、“困っていること”があるときには、“どうしたらいいかな？”“どうしたいかな？”を一緒に考えていきたいと思っています。
普段は２階にいますが、たまーに１階にいますので、気づいてもらえると嬉しいです。
どうぞよろしくお願いします。

おすすめの絵本

『ぼくのがっこう』
作・絵：鈴木のりたけ
発行所：株式会社 PHP 研究所

学校迷路、子どもが先生の学校、学校船、空飛ぶ椅子に学校島…あったらいいなの世界が広がります。隠れたキャラクター探しもおもしろい。
学校が好きな子も嫌いな子も楽しめる絵本です。

院長不在日（学会・講演・会議）

当院 HP の診察担当医表をご確認ください

夜間急病診療所のご案内
夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。
場　所　　下関市大学町２丁目（市大近く）
診療時間　１９時～２３時　電話番号　252-3789

発行人　かねはら小児科　金原　洋治
山口県下関市生野町2 - 28 - 20
083 - 252 - 2112
HP　https://akn-kanehara.com/

アドレナリン点鼻薬「ネフィー」について

今まではアナフィラキシー症状が出たときにエピペンという自己注射しかありませんでしたが、鼻にスプレーするタイプである「ネフィー」が新発売となりました。この４月からは学校や園でも「ネフィー」を使った対応ができるようになりました。対象は 15 ㎏以上の方になります。処方希望の方はご相談ください。

エピペンを打つ様子

ネフィーを入れる様子

かねはら小児科 LINE のご案内

診療担当医の案内やシーズン毎のお知らせを配信しています。友だち登録は以下の QR コードからできます。
※担当医の希望がある方は担当医表を確認されてからの受診をお願いいたします。

栄養相談日

栄養士が担当します。子どもさんの栄養に関することなんでも相談してください。
時間は 14 時～16 時です。

７月８日（水）　８月５日（水）　９月９日（水）
22 日（水）　19 日（水）　30 日（水）

～編集後記～

我が家の愛犬は外でしかトイレをしないので夏の夕立だろうと散歩は欠かせません。雨の日の散歩中は濡れた愛犬が「まだ帰らないの？」と言いたそうな迷惑顔で見つめてきます。私もびしょ濡れで帰りたいのに…。ふと気づきました、愛犬も私を散歩に連れて行ってあげているつもりなのかもしれないと。

らこすけ