

小児科だより vol.101

小児期逆境体験とは

2025.2.3 発行

こんにちは。今年も最も寒く乾燥する時期となり、小児科外来にはインフルエンザや新型コロナ、胃腸炎の患者さんが大勢受診されています。一番の予防は手洗いとうがいです。子供のお手本となるように、大人である我々が進んで感染予防に取り組みましょう。



ユニセフの調査によると、日本の子どもの幸福度は経済協力開発機構(OECD)加盟 38 か国中 20 位であり、なかでも身体的健康は 1 位でありながら精神的幸福度（生活満足度）は 37 位という極端な結果を示しています。これらの精神的幸福度の低さの背景として、外遊び、いじめ、学校への帰属意識などが影響していると報告されておりますが、近年では逆境的境遇により生じた心の傷や苦しい生活環境そのものが子どもに与える影響として、小児期逆境体験（Adverse Childhood Experiences : ACEs）が注目されています。

1998 年にフェリッティ（Felitti）らは、小児期や思春期に経験した子ども虐待および機能不全家族における逆境的境遇について小児期逆境体験（以下、ACEs）として報告しました。親による侮辱、暴言・暴力、性的虐待、ネグレクトのほか、家族の誰からも大事にされていない、家族どうしの仲が悪い、誰にも守ってもらえないと感じた経験などが含まれます。今日では、こうした境遇により歳月の経過によって自然に癒されない心身への影響が成人期まで続くことが知られています。

ACEs スコアは心理的虐待、身体的虐待、性的虐待、物質中毒、精神疾患、母親のドメスティック・バイオレンス（DV）被害、家庭内に犯罪者がいることの 7 つのカテゴリーにて構成され、合計が 0～7 点となります。質問項目や点数化など詳細については成書などご参照ください。ACEs スコアが大きいほど、人は社会的、情動的、認知的な問題を抱える可能性が高まり、結果として喫煙や暴飲暴食などの生活習慣の乱れや、薬物依存などの危険行動が増加してしまい、疾病への罹患や事故、犯罪などの社会不適応をきたして早世する可能性が高まるとされています。

日本では、ACEs の生涯罹患率（ACEs スコア 1 点以上）は、28～36%との報告もあり、米国の 63.9%と比べると低い水準とされています。思春期のこころの問題は比較的顕著な形で現れことが多いとされます。一方で子ども虐待やいじめ、トラウマ被害があると子どもは保護者に開示できずに苦しんでいることも少なくありません。子どもが心を開いて話ができる環境の整備や専門家の育成が重要となります。