

「遺伝カウンセラーは被曝の専門家なのですか」

遺伝カウンセラーは放射線被曝の専門家ではありません。もともと遺伝カウンセラーは「障害を持った子どもや遺伝子の異常もを持った子どもが次の世代に生れるかも知れない」という不安をお持ちのお母さんやご家族の相談に応じる専門職です。たいいていの方は正しい情報と客観的な現実を自分で見つめることができ、適当な援助者がいると、自分で不安に対処することができます。遺伝カウンセラーはその援助者なのです。被曝は私たちの健康や次世代に影響を与える環境要因の一つです。一つの要因(例えば被曝)だけに意識を集中するのではなく、同じような効果をもつ環境要因や遺伝要因も一緒に考えることが不安解消には大切です。私たちは健康や遺伝に関する科学・医学的な背景についてバランスよい考え方ができるよう日夜訓練しています。私たちはそのような専門知識や技術を利用して「不安によって日常生活が障害されているクライアントの皆様が、正常な日常生活が送れるように」支援します。私たちは被曝について、「安全性の押し売り」や反原発キャンペーンはしません。国民を啓発する立場でもありません。不安にいかに対応すべきか、一人ひとりのクライアントの皆さんと一緒に、現実的な対処法を考えるのが役目なのです。もちろん私たちのカウンセリング技術には限界があります。不安によって身体症状(パニック障害やうつ状態)を起しているクライアントに対しては心理専門職や専門医の応援を頼みます。また高度な放射線の知識による判断が必要な場合は放射線の専門家や被曝医療の専門家を紹介します。このような専門職間のコーディネートも私たちの仕事です。

「粉ミルクが放射性セシウムにより汚染されていたといニュースを聞いて人工栄養はやはり怖いなと思いました。でも私の身体もセシウムに汚染されているかも知れません。母乳も危険かもしれないと思うと心配で夜も寝られません(東京の母親より)」

かつての森永ヒ素ミルク事件を思い出しますよね。赤ちゃんの飲む粉ミルクが人工放射性物質に汚染されるなど、あってはならないことです。ただ、幸いなことに粉ミルク1kgあたり30数ベクレル程度の汚染だったことと、比較的早期に汚染が発見されました。例え1缶全部飲んだとしても1マイクロシーベルト以下の被曝ですから、自然放射線による被曝にくらべると無視しても大丈夫です。赤ちゃんはこれから離乳食を食べなくてはなりませんが、私たちが日常食べている野菜中に含まれるカリウムの中には放射性カリウムが混じっていて、自然内部被曝の原因になっています。バナナ1本で20ベクレルの被曝をすることはご存知ですか。わたしたち成人は野菜などの食品から1年間に290マイクロシーベルト程度の自然内部被曝をされると考えられています。生体の構成成分である炭素にも放射性炭素が混じっていて、これらの自然界の放射性物質によってお母さんの身体からも100ベクレル/Kg程度の放射線が放射されています。人工放射性物質による被曝は可能なかぎり避けねばなりません、その影響は自然

のバックグラウンドによる被曝と比較して評価することが大切です。現在、東京では人工放射性物質の降下はほとんど無視してよいと思います。安心して授乳してください。不安によりお母さんのストレスがたまったり、野菜の摂取を制限すると、そのほうが被曝より大きな健康への影響があると言われていました。

「政府の報道では今年になってもまだ大気中にセシウムが漂っているそうです。やはり子どもを外に出すのは危険なのではないでしょうか(福島の子育てママより)」

文部科学省の報道を調べてみると、福島ではたしかに微量(最高200マイクロベクレル程度/24時間)のセシウムの地上への降下が時々ですが観測されているようですね。原因はいまだに原発から放射性物質の排出が続いているのか、あるいは降下したセシウムが気象条件で大気中に飛散しているのか、データがないので、専門外の私にはわかりません。ただ一般科学常識からは、新たな核反応による放射性物質が飛散しているなら、放射性ヨウ素も発見されるはずですが、これは検知されていません。大量に飛散したセシウムのように半減期が長い(物理的半減期は30年、身体に入ったセシウムは100日程度で排泄されて半減する)放射性物質が、そんなに早く無くなるはずはないので、気象条件により移動しているのが背景かも知れませんね。ただ、1日に、それも時々、200マイクロベクレル程度の降下があるという程度では、健康障害を心配する必要は全くありません。バナナ1本食べるとその100倍被曝するのですから。もちろん原発から排出が続いているというなら大問題ですし、堆積した放射性物質の動態を研究し、被曝予防に役立てるために今後もしっかりと測定を続ける必要はあると思います。

お子さんの屋外活動について一言。お子さんの生活環境の除染作業の進行具合を個別に確認しながら相談する必要がありますが、子どもにとって運動や生活の制限は大きなストレスになり成長発達や健康に影響を与える可能性があります。「がん」の発生ひとつをとっても、生活習慣による運動不足や肥満は400ミリシーベルト程度の被曝と同じくらい、一生の間に「がん」で死亡する確率(日本人は35%)を増やす効果があるという報告もあるくらいです。学校の先生や専門家(医師や保健師)と相談してなんとか子どものストレスを発散する方法を考えてください。冬のシーズンでしたらスキーや雪遊びもよいかも知れませんね(雪の上では大地からの被曝は遮へいされます)。