

平成 14 年 11 月 1 日

今回は、『アトピー性皮膚炎』についてのお話です。

アトピー性皮膚炎とは？

- ・カサカサした痒みの強い湿疹で、慢性的に経過する疾患です。
- ・赤くなったり、ジュクジュクすることもあります。
- ・最近では、成人のアトピー性皮膚炎が増加する傾向にあります。

湿疹のよくみられる部位は？

- ・赤ちゃんのアトピー性皮膚炎は、顔（口の周り、頬など）や頭にみられ、しばしば体幹、四肢に下降していきます。
- ・幼小児期になると、皮膚の乾燥が目立つようになり、汗のたまりやすい首、肘、膝の裏に湿疹がでやすくなります。
- ・思春期以降の成人期になると、顔、首、上胸部、上背部など上半身に湿疹が強くなる傾向があります。

原因は？

アトピー性皮膚炎の皮膚の特性として、乾燥肌(ドライスキン)があげられます。これは、皮膚の最外層の角質層内で保湿作用を担っているセラミドといわれる成分の量が減少していることが原因であると考えられています。皮膚の水分保持量が低下し、外界の刺激から皮膚を守るバリア機能が破綻しており、刺激に対する防御能が低下しています。

したがって、細菌やウイルス、紫外線、発汗、汚れ、物理的刺激（衣類による摩擦）などで発疹が起こります。

日常生活での注意事項は？

ひっかくとなかなか治らず、ひどくなります。爪はいつもきれいに切っておきましょう。

- ・入浴：垢や泥がついていると、湿疹は悪化します。入浴し、石けんやシャンプーでよく洗いましょう。ただし、石けんが残らないようによく洗い流してください。
- ・食事：アレルギーの原因となる食品だけはとらないようにし、成長発育のために、バランスのとれた食事をとりましょう。
- ・衣類：肌に直接触れる衣類は、皮膚を刺激する素材は避け、吸湿性や通気性のよい衣類を選んでください。洗濯は十分にすすぎましょう。
- ・掃除をしたり布団を十分日光に干すなど、できるだけアレルギーであるダニやほこりの除去を心がけましょう。

薬物治療は？

【外用剤】軟膏、クリーム、ローション、スプレー、テープなどの剤形があり、塗る部位や湿疹の状態を使い分けます。指定された塗布部位を間違えないようにし、清潔にしてから塗布しましょう。

・副腎皮質ホルモン（ステロイド）外用剤

ステロイドは副腎という臓器でつくられるホルモンで、その抗炎症作用により、皮膚の炎症を抑制することで皮疹を改善させるお薬です。用量、用法をきちんと守って使用すれば、副作用がでることが少なく、症状は改善されていきます。

・免疫抑制外用剤（プロトピック軟膏）

T細胞というリンパ球の働きを抑えることにより、免疫機能を抑え、効果を発揮します。

・保湿剤（白色ワセリンなど）

アトピー性皮膚炎の病因の一つに、皮膚のバリア機能の低下があげられますので、角質の水分を保持し、外部からの異物の侵入を防ぐために用います。

【内用剤】外用剤の補助的に用いられます。

・抗ヒスタミン剤、抗アレルギー剤

アトピー性皮膚炎の痒みを抑える薬です。

抗ヒスタミン剤、抗アレルギー剤の中には、眠気を催すものもありますので、自動車の運転や危険を伴う作業などは控えるようにしましょう。