

アトピー性 皮膚炎

「あせらず、根気強く」が
治療のPOINT

KYOTO MEDICAL ASSOCIATION

BeWell

医師会からの健康だより

■発行／(社)京都府医師会

これだけは知っておきたい
健康の知識

VOL. **56**

アトピー性皮膚炎は、近年、世界的にも、日本国内でも増加傾向にあります。湿疹や痒みを伴い、大人から子どもにまで起きる症状や経過には個人差が大きく、治療効果をみながら、注意深くまた根気強く治療する必要があります。今回のBe Wellではアトピー性皮膚炎を取り上げ、原因・治療について説明します。

ご存知ですか？

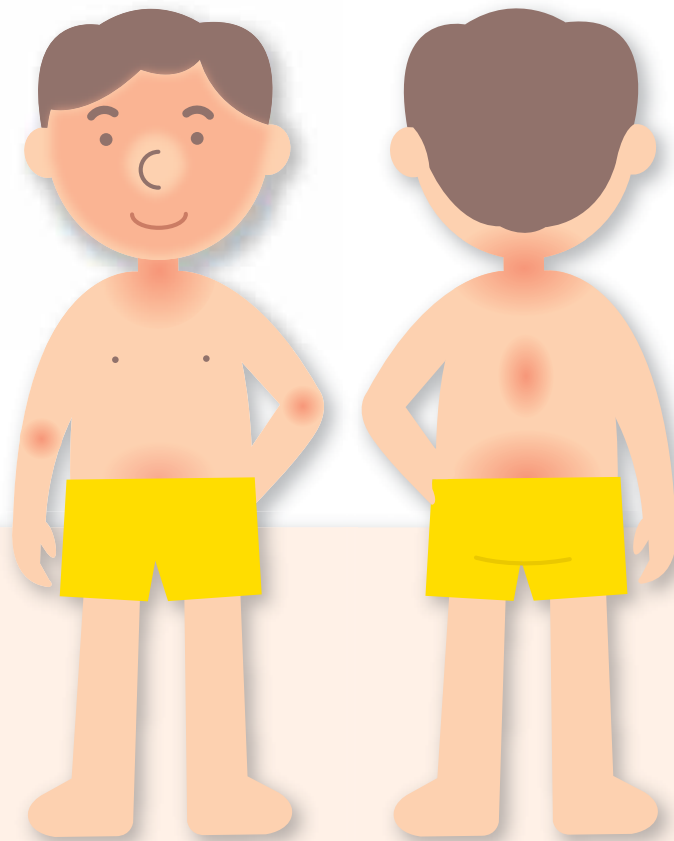
アトピー性皮膚炎に効果的な
ステロイド外用薬って
どんな薬なの？



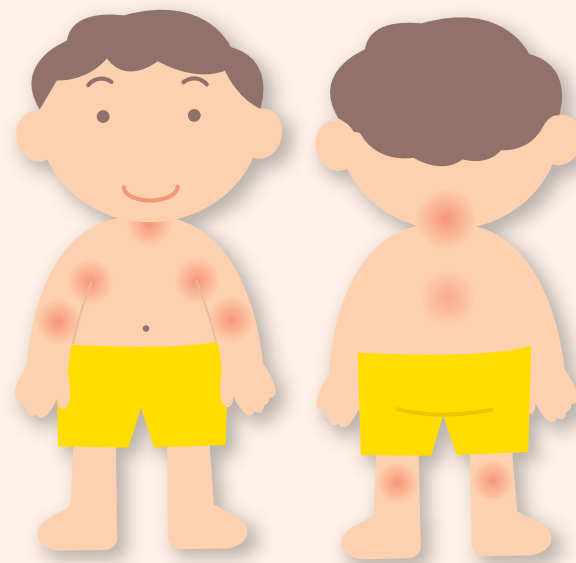
アトピー性皮膚炎ってなあに？
——原因は？対策は？そして治療方法は？

アトピー性皮膚炎ってなあに？

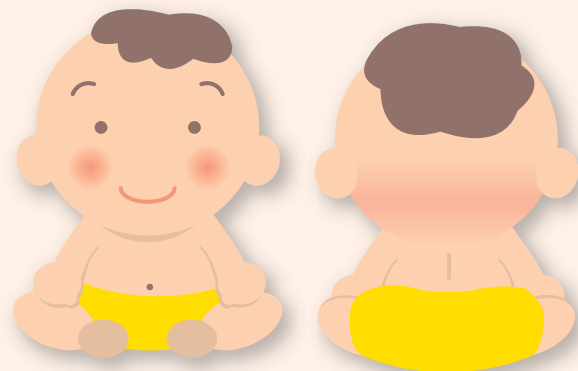
アトピー性皮膚炎とは、よくなったり悪くなったりを慢性に繰り返す、痒みのある湿疹で、患者さんの多くはアトピー素因(体質)を持っています。湿疹は左右対称性のことが多く、出やすい部位は年齢によって異なります。生後数ヶ月から1才頃までの乳児期には頭部や顔面に出ることが多いですが、自然治癒することが多い「乳児湿疹」と区別することは専門医であっても難しいことがあります。幼小児期になると、肘や膝の内側、首周囲、わき腹や背中などに多く見られます。思春期から成人期では、上半身(顔、首、胸、背中)に湿疹がひどい傾向があり、ストレスや寝不足などで悪化することが多いです。



思春期～成人期
上半身(顔、首、胸、背中)等



幼小児期
肘や膝の内側、首周囲、わき腹や背中



乳児期
頭部や顔面等

年齢別 湿疹の出やすい部位
湿疹の出やすい部位は年齢によって異なります。

アトピー性皮膚炎の原因は？

原因と対策
まずは、原因を知ることから始めましょう

アトピー性皮膚炎の発症には、次の3つが関わっています。

- ①アトピー素因(体質)
- ②皮膚バリア機能の低下(乾燥肌があり、外からの刺激に弱いこと)
- ③アレルギー的要因(乳幼児では食物など、小児期以降ではダニやホコリなどによる増悪)

①のアトピー素因とは、本人あるいは家族が気管支ぜんそくやアレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎などにかかったことがあり、また体外から異物(アレルゲン)が入り込んできたときに過敏に反応するタンパク質(IgE抗体といいます)をつくりやすい体質のことです。アトピー素因を治療によって治してしまうというのは無理ですが、乳幼児期に発症したアトピー性皮膚炎患者の多くが小学生の頃までに自然軽快することを考えると、一生涯続くと考えなくても良いでしょう。

②に対しては、汗や湿気などで痒みが出ないように入浴やシャワーで皮膚を清潔に保つ、肌着類などは刺激の少ない木綿にする、肌の乾燥には保湿剤を使うなどのスキンケアが効果的です。

③については、血液の検査や皮膚に対する検査でアレルギーの有無をはっきりさせる必要があります。特に乳幼児の場合、発達にも関わるので、やみくもに食物制限をすることは厳に慎むべきです。



① アトピー素因
成長につれての自然軽快が期待できます

② 皮膚機能の低下
皮膚を清潔に保つなどスキンケアを心がけましょう

③ アレルギー要因
アレルギーの有無を明確にして対策を考えましょう

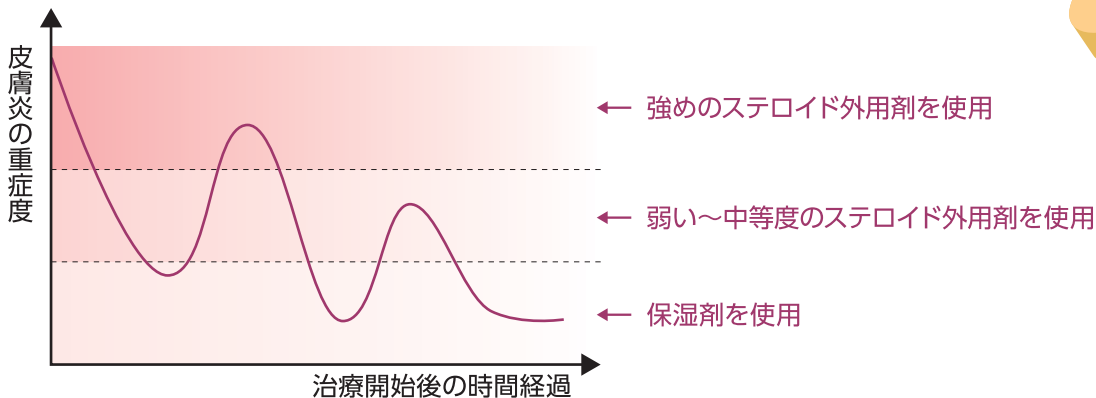


アトピー性皮膚炎の治療は？

アトピー性皮膚炎の湿疹および痒みのいずれに対しても効果が期待できるのは、ステロイド外用剤です。皮膚炎の程度と体の部位に応じて使い分けが必要があり、かかりつけの専門医と診察のたびに相談しながら治療します。皮膚の炎症症状があまりひどくなく、乾燥肌のみが目立つような状態では、保湿剤のみでの治療が可能です。アトピー性皮膚炎の治療の目標は、「かぶれ」や「虫刺され」のように治しきってしまうことではなく、皮膚炎や痒みを意識せずに日々の生活を快適に送れることです。その目標のために、あせらず気長に外用による治療を続けていくことが重要です。

外用剤と並んで、アトピー性皮膚炎の治療によく用いられるのが、抗ヒスタミン剤(抗アレルギー剤と呼ばれるものもあります)の内服薬です。痒みを減らす効果があり、掻くことで湿疹が悪くなってさらに痒みがひどくなるという悪循環を起こしているような患者さんには特に有効です。以前は、内服すると眠気がひどくて、そのために内服できないこともありましたが、現在よく使用されている内服薬はほとんど眠気を起こさないものもあるため、かかりつけの医師に相談してみてください。

■症状による外用剤の使い分け



ステロイド外用剤ってどんな薬？

そもそも、ステロイドって何？

ステロイドは副腎皮質ホルモンとも呼ばれ、もともと体内に存在しているもので、体内で起こっている炎症を軽くする作用を持っています。ステロイド外用剤はとても強いものから弱いものまでいろいろなランクがあり、専門医は患者さんの年齢、塗る場所、治療に必要な期間などを総合的に考えて外用剤を選択しています。専門医の診察を受け、指示通りに使用していれば、まったく心配ありません。

皮膚の色が変わるって本当？

ステロイド外用剤を塗っていた皮膚に色が黒く(正確には茶色)残ったという話を聞くことがありますが、これはひどい皮膚炎が治ったあとの「炎症後色素沈着」という状態を見ているもので、ステロイド外用剤を使用せずに皮膚炎の経過が長い方が、かえって色が濃く残りがちです。



どんな副作用があるのですか？

同じ部位に強めのステロイド外用剤を継続して塗っていると、皮膚が薄くなる、細い血管が目立って赤く見える、ニキビなどが目立ってくる、などの副作用が出る可能性があります。特に外用剤が吸収されやすい顔面などで起こることがあり、注意が必要です。最近では、2歳以上であれば免疫抑制剤(タクロリムス軟膏といいます)という長期連用による副作用が見られない外用剤も使用可能ですので、専門医に相談してみてください。