

心と体の

メンテナナンス

今月のテーマ ◆ 皮膚のトラブル

原因不明のアトピー性皮膚炎 普段の生活に悪化抑制のカギ

Q アトピー性皮膚炎とは、どういう病気ですか？

A 体の特定部位に、治りにくい湿疹(しっしん)が繰り返してできる皮膚病です。湿疹とは、平たくいうと皮膚の炎症です。顔、首、ひじの内側、ひざの裏、手首など、汗がたまりやすく、皮膚や洋服に触れて擦れる場所にできやすく、赤くなり、普通は強い痒(かゆ)みを伴います。

原因は、残念ながらまだ解明されていません。アレルギーが原因と思われている方は多く、実際にアレルギー説を主張する医師も多いのですが、直接的な因果関係は確認されていません。

Q どのように治療しますか？

A どのようによい治療は抗ヒスタミン剤または外用ステロイド剤(軟こう、ローションなど)、保湿剤、プロトピック軟こうを組み合わせて使います。

抗ヒスタミン剤または抗アレルギー剤は、痒みを引き起こすヒスタミンという伝達物質に作用し、痒みを抑える働きがあります。しかし、アトピー性皮膚炎の場合、痒みの原因がヒスタミンとは言い切れないため、その効果が疑問視されることが多いようです。

外用ステロイド剤は、炎症を抑え、白血球から出る「痒みを引き起こす因子」を阻害します。その効果は

絶大で、痒みが止まると、かくこともなくなるので、皮膚の損傷を防ぐことができます。

ただし、皮膚が薄くなったり、硬くなったりする副作用があり、非常にまれですが、全身的な副作用である副腎機能低下や骨粗しょう症を引き起こす恐れがあります。医師の指示を守り、短期間使用する分には問題ありませんが、慢性的かつ大量に使い続けるのは、好ましくありません。

プロトピック軟こうは、皮膚の炎症を抑える効果があり、特に顔面の症状に有効です。外用ステロイド剤は、特に顔に副作用が出やすいので、非ステロイド系のプロトピック軟こうが使えるようになったことは、患者さんと医師の双方にとって本当に朗報となりました。

保湿剤は、皮膚の乾燥を防ぐために使います。非常



フーン・チャン先生
Hoon Chung, MD

皮膚科専門医師。東京大学医学部付属病院で皮膚科研修を修了後、開業医および虎ノ門病院皮膚科にきび専門外来勤務医として地域医療に10年間従事。ロンドン大学で臨床皮膚科学およびウイルス学修士号取得、ハーバード大学医学部リサーチフェローを経て今年6月からニューヨークで臨床。

Q 普段の生活で注意することは？

A 完治と再発予防のためには、生活習慣の改善が最も大切です。例えば、アトピー性皮膚炎は、触ったり、かいたりすると悪化します。毛羽立つゴワゴワしたタオルの布(タオルケットなど)をシーツや枕カバー代わりに使い、タオル地の服を寝巻き代わりにしていると、寝ている間中、顔や体を擦っていることと同じです。木綿や化繊など、表面がツルツルした生地は替えると、それだけで症状は随分改善します。

飲酒や長風呂、辛い食べ物も、できるだけ避けましょう。体が火照って痒くなり、つかいかいてしまいます。このように、自分では大したことないと思っ

てが、実は悪化原因であることは非常に多くあります。

どんな病気も、完全に治すために最も大事な要素は、治療に当たる医師と、患者さんとの意思疎通です。治療を提供する側と、患者さんたちの共同作業なしには、病気を克服することはまず不可能です。特にアトピー性皮膚炎のように慢性的に経過する皮膚病では、お互いの努力と信頼関係が不可欠です。

※次回は、皮膚がんについてお聞きします。

INFORMATION

日本クリニック
Nihon Medical Group
15 W. 44th St., 10th Fl.
(bet. 5th & 6th Aves.)
TEL: 212-575-8910
www.nihonclinic.com