

アトピー性皮膚炎について 考えてみませんか

問い合わせ 保険介護課 ☎2141

市医師会、市歯科医師会、市薬剤師会の先生方の、健康についてのいろいろな話を、3回シリーズで紹介いたします。第3回は、市医師会の高路修さんが、「アトピー性皮膚炎」について紹介します。

1. アトピー性皮膚炎はどのような病気ですか

アトピー性皮膚炎は湿疹の一種です。湿疹の中には接触皮膚炎（かぶれ）、おむつ皮膚炎など急性のものから、日光皮膚炎、高齢者の皮脂欠乏性皮膚炎、手湿疹、乳児湿疹などいろいろなものが含まれます（皮膚科では湿疹と皮膚炎は、ほぼ同じ意味で使われます）。

アトピー性皮膚炎はかゆみを伴う「湿疹」という「皮膚病変」が長期にわたり患者さんを悩ませる病気です。かゆみは患者さんの日常生活にいろいろな面で障害を及ぼします。引っかけることにより、さらに悪化、長期化してしまいます。アトピー性皮膚炎は、直ちに病気が軽くなったり、治ったりする方法はありません。しかし、症状を適切にコントロールし

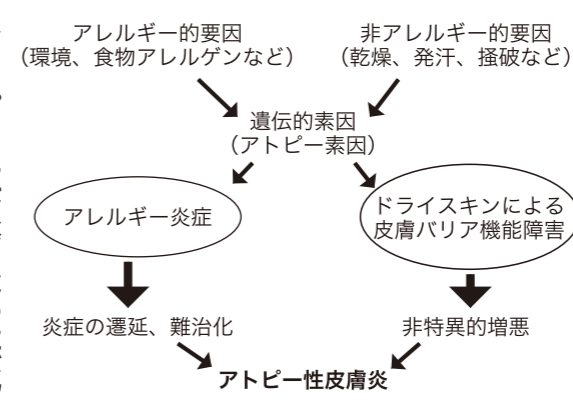


2. どうして発症するのですか

図1に示したように、本症の多くの患者さんは遺伝的な素因を持っています。まず1つはアトピー素因というものです。これは気管支喘息、アレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎などの家族歴や既往歴があることや、IgE抗体というタンパク質を持ちやすい体質と説明されています。IgE抗体は、アレルギー反応を起こすような刺激（アレルゲン）と反応してアレルギー反応を起こすタンパク質です。患者さんにアレルゲン

による刺激（たとえばダニや食物など）が加わるとアレルギー性炎症というかゆみや赤みを生じることになります。さらにもう1つの素因として皮膚バリア機能障害というものがああります。皮膚という大切な外界とのバリアに障害をきたすと、アレルゲンが浸入しやすくなったり、逆に皮膚から水分が失われ、乾燥肌になります。かゆみを生じることが起こります。このように本症はアレルギーとバリア機能障害という2つのメカニズムから炎症が起こると考えられています。

【図1】アトピー性皮膚炎の発症のメカニズム



3. アトピー性皮膚炎の悪化因子にはどのようなものがありますか

表1に示したように、本症の悪化因子はアレルギー反応を起こしてしまいうアレルギー性の悪化因子と、非

【表1】原因・悪化因子

アレルギー性の悪化因子 (アレルゲン)	非アレルギー性の悪化因子
食物 ダニ (ほこり) 細菌・真菌 (カビ) ペット かぶれ (化粧品、外用薬)	ストレス 衣類のチクチク 汗・汚れ 日光 (ほてること) 乾燥 かぜ (感冒) 夜ふかし
掻破 (ひっかくこと)	

原因・悪化因子は1つではない。

アレルギー性の悪化因子があり、ここに示したものの以外にも多くの悪化因子があります。本症の悪化因子という点でダニや食物などを浮かべる人が多いのですが、ストレスや、汗、乾燥、夜ふかしなど、非アレルギー性の悪化因子は意外と患者さんが意識しておられないことが多いのです。汗対策、乾燥対策などは薬物療法と並んで重要です。いろいろな悪化原因のなかで、引っかけることが最も重大なものです。引っかけることがなければ本症は乾燥皮膚程度でありひどくはならないのです。しかし、すぐにかゆみを止める治療もなく、患者さんとわれわれ医療者の悩みとなっています。

4. 治療にはどのようなものがありますか

アトピー性皮膚炎の症状はさまざまな外的刺激と患者さんの皮膚のバリア機能障害によって引き起こされるアレルギー性炎症です。治療は、表2に示したように原因を避けるための環境整備、食物制限などの外的刺激対策、保湿を中心としたスキンケアア、そして薬剤による炎症抑制が基本となります。病気の治療は、たとえば内服薬のように飲めば治るとい治療が患者さんにとって最も薬でしょうが、残念ながら本症の治療の主体は外用薬になります。患者さんにはほぼ毎日外用薬を塗る努力をしていただくこととなります。治療の主体は表3に示すように、外用薬、内服薬です。外用薬の目的は保湿・保護と炎症を抑えることです。前者は保湿外用薬がその中心となり、後者は副腎皮質ホルモン（ステロイド）、タクロリムス（免疫調整薬）がその中心となります。内服薬は抗ヒスタミン薬が中心で、かゆみやアレルギー反応を抑える目的で使用します。しかしあくまで外用薬の補助療法です。

【表2】治療の基本

悪化の要因	対策
外的刺激	環境整備、食物制限、スキンケアなど
バリア機能異常	スキンケア (保湿外用薬が中心)
炎症反応	抗炎症療法 (薬物療法)

【表3】アトピー性皮膚炎の薬物療法

- 外用薬
保湿外用薬
副腎皮質ホルモン (ステロイド)
免疫調整外用薬 (タクロリムス (プロトピック))
- 内服薬
抗ヒスタミン薬、抗アレルギー薬
漢方薬
- その他の治療 (主に重症例に対する治療)
副腎皮質ホルモン内服
シクロスポリン (免疫抑制薬) 内服
紫外線療法 など

5. アトピー性皮膚炎は治りますか

赤ちゃんの湿疹（乳児湿疹）で受診されるお母さんの中には「子どもはアトピー性皮膚炎ではないか」と心配される方がよくおられます。どうもアトピー性皮膚炎は一生治らないと思いきや、症状は乳幼児期から小児期にかけて消失したり、(もちろん治っている患者さんもおられます。)再発したりすることが認められています。さらに皮膚病変を成人にまで持ち越した患者さんもその多くは40歳までで治っていることが明らかになっています。もちろんもっと早く治療が必要になればいいのですが、決して治らない病気ではありません。

6. 日常生活について特に注意すべきことはありますか

入浴に関する注意

入浴に関しては医師の間で指導が異なっていることもあり、患者さんの悩みの種です。入浴すれば石けんの使用の有無にかかわらず、皮膚から脂分が消失して、皮膚のバリア機能は低下します。したがって、入浴後すみやかに外用薬で保湿することが必要です。時に全く石けんは使わない方がよい、ひどい場合には全く入浴しない方がよいという指導を受けている患者さんがおられます。し



汗対策

汗をかくこと自体は悪いことではありません。本症が悪化している時は汗が出にくくなるのが分かっており、運動により発汗をうながすことは本症にとってむしろいいことと考えられています。しかし、汗を長時間放置しておくとかゆみが生じてきます。汗をかいたら出来るだけ早くシャワー、入浴が望ましいのですが、運動後など、しばらく入浴やシャワーができない時には季節にもよりますが、水道水で流す、湿らせたタオルで汗をぬぐうというようにして、帰宅後はなるべく早く入浴するようにしましょう。