

# 大曲皮膚科ニュース

2006年4月1日号

## アトピー性皮膚炎に対して保湿剤が効く理由とは？

アトピーの治療には、ステロイドの付け薬は欠かせません。特に重症の場合には、中心になる治療ですが、治療が効いてくると、赤みが減り、乾燥したヒフだけが残ります。この段階で、ステロイドの付け薬を弱いレベルに下げて、保湿剤を混ぜてつけてもらうとよく効きます。

では、なぜ保湿剤がアトピーに効くのでしょうか？アトピー患者さんのヒフは乾燥しており、乾燥のためにヒフの表面が細かくひび割れができて、ここからヒフ内部の水分が蒸発して失われるために、さらに乾燥がつよくなります。また逆に垢や、ヒフの雑菌などがひび割れからヒフ内部に入り込みますが、ヒフに問題のない人では何も反応が起こらないのに、アトピー患者さんではアレルギー反応が起こりやすく、しかも持続しやすいのです。これがアトピー性皮膚炎の原因ですが、この敏感に反応をしやすい体質になる理由ははっきりわかっていません。アレルギー体質をすぐに変えるのは難しいですが、保湿剤をつけることにより、乾燥によるひび割れを治すことは可能です。

### ★ステロイドをつけるとヒフが乾く？★

ステロイドの付け薬をつけると、ヒフはしっとりした感じがしますが、実際のヒフの水分量はどうでしょうか？ ヒフに問題のない人のヒフ内部の水分量は、シャワー・入浴のあとにいったん増えますが、保湿剤をつけないと、ヒフが作っている天然保湿成分という水分を保つ物質も失われるために、1時間後にはシャワー・入浴する前に比べて数～10%減少します。アトピーの人のヒフではさらに減少すると考えられます。保湿剤を1日2回つけると、水分量が高いまま維持されます。ところが、ステロイドの付け薬をぬると、何もつけないよりも水分量をかえって低下させてしまっていることが、最近の研究からわかりました。

アトピーの赤いしっしんでは、常にかさかさが表面についていますが、これはヒフの新陳代謝が激しく、下からどんどん急ごしらえの未熟な新しい細胞ができるためです。未熟な細胞なゆえ表面のひび割れは、正常なヒフよりもともと多いのです。ステロイドのつけ薬をつけるとほとんどの場合、しっしんはよくなりますが、水分量が減るとひび割れはさらに増えるために、刺激物質が皮膚の中にたくさん入り込むかもしれません。そのため、シャワー・入浴のあとにステロイドのつけ薬だけでなく、保湿剤を混ぜてつけるとよく効くことが多いです。

具体的にアトピーに対する有効性を証明された保湿剤は、ヘパリン類似物質（ヒルドイド®）、尿素（パスタロン®など）、セラミド（キュレル®など）、グリセリン、乳酸アンモニウム、ヒノキチオールで、前3者は当院で処方・販売出来ますので、ご相談ください。

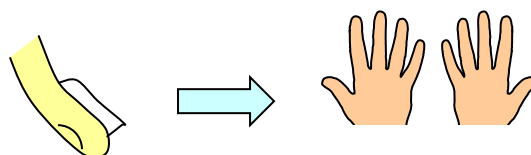
### ☆科学的根拠のはっきりしたニキビの漢方薬とは？☆

漢方薬は、古書に記載された薬がそのまま使用されるなど、科学的な根拠が少ないものとされてきましたが、最近の研究により、はっきりした有効性を示すデータが発表されてきており、もともと治療効果が社会に認められ支持されてきた漢方薬の効き目が科学的に実証されつつあります。漢方の学会である日本東洋医学会が推奨する、ニキビに対する2つの飲み方を挙げますので、参考になさってください。

- ・ ニキビに対して、十味敗毒湯と黄連解毒湯を合わせて飲むと、体質に無関係によく効きました。
- ・ ニキビに対して、荊芥連翹湯は、抗生物質のうちニキビ菌に最も有効なテトラサイクリン系の飲み薬と、同程度の効き目がありました。特に体力が中くらいの人によく効きました。

### ☆付け薬の適切な使用量の目安とは？☆

付け薬は、付けすぎも問題ですし、付け足りなくても効果が出ません。適切な量をつけているかどうかの目安がありますのでご紹介します。



イラストのように、人差し指の先端から第一関節まで軟膏やクリームを乗せた量が 0.5g で、これを両手の掌面全体に塗るのが適量で、これ以上広い面積を塗る場合には、塗るひとの手に残る付け薬分のロスが減りますので、広さによって異なりますが、全身に近い広い面積なら 1/4 位に減ります。塗る前に、皮疹の面積を、塗るひとの手を皮疹に当てはめて、手のひら何個分かを数えます。これに手のひら 1 個分の軟膏必要量の 0.25g をかけます。実際に計算して見ます。全身にくまなく付けるときの量はどうか？ 全身の体表面積は手のひらの 100 個分ですので、必要量は 0.25g の 100 倍の 25g ですが、手のひらに残るロスの減少を考えるとこの 1/4 位で、1 回に 6g 位（チューブ 1 本と少し）必要ということになります。アトピーでは、一人当たりの実際の処方量は最大 5-10 g/日で、通常 1-2 回/日付けますから、この方法が、ある程度正確な推定方法であることがわかります。

しっしんの場合は、数日で治る部分が出てきて、つける面積が減る場合が多く、また副作用が無いことを確認しながら処方しますので、処方量はこれより少ないですが、つけ始めの目安として参考になさってください。

大

曲皮フ科 記：院長 梅津 修