

アトピー性皮膚炎の 治療とスキンケア

朝霞地区医師会 むらやま なおこ 村山 直子

☎048 464 4666

アトピー性皮膚炎とは

アトピー性皮膚炎（以下アトピー）は、アレルギー反応を示しやすい体質を持つアトピー素因の人によく見られる病気です。

原因はまだ完全には明らかになってはいませんが、遺伝的に皮膚の乾燥とバリアー機能の低下があり、汗やホコリの刺激、食事やダニのアレルギー、精神的・肉体的ストレスなどが悪化因子となって生じると考えられています。

正常な皮膚のうるおい（水分量）は皮脂腺から分泌される皮脂・天然保湿因子（アミノ酸など）・角質細胞間脂質（セラミド）という3つの物質によって一定に保たれています。アトピーになると、特に角質細胞間脂質（セラミド）が減少して皮膚の乾燥と皮膚炎をまねくことが知られています。乾燥肌を放っておくと湿疹が悪化するののでこまめな皮膚のお手入れが大切です。

アトピーの治療

発疹・赤み・かゆみを引き起こすヒスタミンの働きを抑える抗ヒスタミン薬やアレルギー薬（のみ薬）と、皮膚の炎症を抑えるステロイド外用薬（ぬり薬）を用います。最近では、新たな治療薬として免疫抑制剤のタクロリムス

（プロトピック軟こう）が使われています。経験を積んだ専門医の指導の下で使っていたくことが望ましい薬です。

非ステロイド系消炎剤のぬり薬は、炎症を抑える働きは弱く、かえって湿疹の治りを遅らせたり、かぶれを生じることがあり、できれば用いないほうが良いと思われ

アトピー性皮膚炎のスキンケア

保湿剤によるスキンケア
保湿剤によるスキンケアは、季節に関係なく、一年中続けることが大切です。アトピーでは、一見

正常に近い皮膚でもセラミドが減少していることが知られています。保湿剤には軟こう、クリーム、ローションなどさまざまな種類のものがあります。季節や塗る場所に

応じて適切なものを選んで続けていくことで、皮膚を良い状態に保つことができます。

お風呂はぬるめに

熱いお風呂に入ると、かゆみができるばかりでなく、大切な保湿物質が失われます。マイルドな弱酸性の洗浄剤を用い、泡でやさしく包み込むように体や頭皮を洗い、

すすぎは十分にしましょう。アカスリなどは使わないこと。入浴後はすく保湿剤をぬってください。

かかかないことが大切
かくと悪化するのでかかかないようにしましょう。爪も短く切りま

最後に

アトピーは「完全に治す病気」ではなく、皮膚の炎症とかゆみを上手にコントロールして、日常生活に支障のないようにうまく付き合っていく慢性の病気です。

ステロイド外用薬は適切に使えば非常に良い薬ですが、自分の判断で長期に使用したり、誤った使い方をすると、時にニキビやオデキ、皮膚のいしゆくや、多毛といった副作用もあります。症状が変わらなくても診察をうけることで副作用を予防できます。また、いったん良くなっても定期的に通院して、良い状態を維持することが大切です。



当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。

日曜・休日に実施している医療機関

午前10:00～午後4:00

月日	場所	診療所名	科目	☎(048)	場所	診療所名	科目	☎(048)	
11	2	志木	柳瀬川駅前クリニック	内・呼・循	486 6201	和光	和光駅前クリニック	外・内・小・整・消・肛・リハ	460 3466
	3	和光	わこうキッズえきまきこどもクリニック	小	466 9816	朝霞	上野胃腸科	胃・内・放・外・皮	461 6565
	9	新座	生々堂新座西山内科眼科クリニック	循・内・眼・小	202 1112	志木	田島耳鼻咽喉科医院	耳	475 3308
	16	志木	笠倉内科小児科医院	内・消・小	473 6007	朝霞	朝霞眼科医院	眼	465 9132
	23	新座	高橋医院	内・小	478 2689	志木	眼科龍雲堂医院	眼	471 0200
	24	和光	和光駅前クリニック	外・内・小・整・消・肛・リハ	460 3466	朝霞	大城胃腸科外科医院	胃・外・皮	463 1575
	30	新座	清水医院	内・外・循・皮	476 2111	朝霞	増田耳鼻咽喉科医院	耳・気・アレ	463 9218

11月の休日歯科応急診療所

実施日 11 / 2(日)・3(月)・9(日)・16(日)・23(日)・24(月)

受付時間 午前9時～11時30分

場所 新座市休日歯科応急診療所（新座市保健センター）

診察料 健康保険法の規定料金（保険証を必ずお持ちください。）

問い合わせ ☎048 481 2211

救急医療のお問い合わせ

埼玉県救急医療情報センター

☎048 824 4199

埼玉県南西部消防本部

☎048 460 0123

小児救急電話相談

8000（携帯電話からも相談可能）