

アトピー性皮膚炎に関する質問・回答

回答者：島根大学医学部皮膚科 教授 森田 栄伸 先生

質問	回答
<p>アレルギー疾患をもつ子供、特にアトピー性皮膚炎の子供について思うが、成長遅延と いうか、痩せ型の子が多いと思う。 これはアレルギーが原因で生じるのか、 その子の食生活におけるものなのか、 わかっていることがあれば教えてほしい。 睡眠不足も関係するののか。</p>	<p>これまで多くの研究者が気管支喘息やアトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患と低身長などの成長障害の関連を指摘した論文を報告しています。成長障害はアレルギー疾患の治療に使用されたステロイドが要因であるとする報告が多くあり、このことはよく知られていますが、ステロイド治療をされていないアレルギー疾患患児でも低身長などの成長障害があるとの報告もあります。</p> <p>国内では、1990年代に食物アレルギーがアトピー性皮膚炎の難治化の原因であるとの一部の小児科医の考えから、アトピー性皮膚炎の乳幼児に厳格な食物摂取制限が行われました。その結果、成長障害をきたした患児が続出した苦い過去があります。この考えは、その後修正され、さらに2008年には「アトピー体質のある母親や乳児に卵、ミルクなど抗原性の高い食物の摂取制限をしてもアトピー性皮膚炎の予防にはならない」ことが明らかにされ、アトピー性皮膚炎の乳幼児に不必要な食物制限を行うことは慎むようにすることが専門医師の間でも共通認識となっています。</p> <p>それでは、アレルギー疾患の患児の成長障害が起きる原因ですが、まだ完全には解明されていません。成長に必要な体内のいろいろな物質が低下していることが徐々に明らかにされてきています。骨の成長に必要なインスリン様成長因子が低下すると低身長となりますが、アレルギー疾患の患児ではこの因子の調節がうまく働かないことが報告されています。これは炎症部位で産生されるプロスタグランジンや血小板活性化因子などの分子が影響している可能性が指摘されています。また、ストレスや夜間のかゆみなどによる成長因子の分泌不全の可能性も考えられています。</p>
<p>眠たくなり体温が上がった時や食べこぼして 皮膚がかゆくなった時の対応について。</p>	<p>睡眠導入時や入浴などの体温上昇時にかゆみを感じることをよく聞きます。局所の痒みの場合には、濡れタオルなどで冷却するとかゆみがやわらぐことがあります。また、レスタミンクリームなどの痒みを止める効果のある外用薬を塗布します。</p> <p>しかし根本的には、皮膚炎があることがかゆみのもととなりますので、皮膚炎を根治することが大切です。</p>
<p>0歳児でアトピー性皮膚炎の子どもがいるが、 どの薬が効くのか。</p>	<p>炎症効果の高い製品は皮膚炎の抑制効果が高く、早く皮膚炎を改善させることができます。しかし、抗炎症効果の高いステロイド外用薬はやはり副作用も出やすいのです。従って、抗炎症効果の高い製品をどこにもいつも使用して良いというわけではありません。抗炎症効果の弱い製品でも改善できる皮膚炎であれば、抗炎症効果の弱い製品で対処してもよいのです。</p> <p>まず外用薬ですが、炎症を抑制する薬剤と保湿を目的とする外用薬があります。炎症を抑制する薬剤には大きく分けてステロイド外用薬、非ステロイド外用薬があります。なんといってもステロイド外用薬の抗炎症効果は非ステロイド外用薬に比べて抜群に良いのです。ステロイド外用薬の抗炎症効果の高い順にI群からV群に区分されています(添付の表を参照ください)。症状のひどい皮膚炎には抗炎症効果の高い製品を、中位のひどさの皮膚炎には中位の製品を、症状の軽い皮膚炎には効果の弱い製品を選択して使用すれば良いのです。皮膚炎の程度の判断は専門の医師に相談する方がよいでしょう。</p> <p>次に、外用薬の使用の仕方も大切です。一般的に外用薬の使用量は、チューブから絞り出した軟膏の人差し指の一関節分(約2センチ)の長さを手のひら2枚分の皮膚に外用することが必要とされています。薬を塗る時の参考にしてください。</p> <p>最後に、ステロイド外用薬を使用して皮膚炎が改善した場合に、中断すると皮膚炎が再発することが多いことにも注意が必要です。再発するとまた1から抗炎症薬を外用して皮膚炎を改善させなければなりません。これではいつまでたってもアトピー性皮膚炎は治りません。そこで、再発しないようにしながら外用薬の使用量を減量してゆく方法としてプロアクティブ療法という減量法が推奨されています。こちらも専門の医師に相談すると良いです。</p>
<p>乾燥する季節になるが、保育園で 意識した方が良いことはあるか。</p>	<p>乾燥する季節は皮膚も乾燥しやすくなりますので、加湿器などで湿度を保つことはアトピー性皮膚炎の悪化に有用と思います。しかし、なんといっても気温が下がると発汗や皮脂の分泌が低下しますので、乾燥肌となります。入浴後などには欠かさず保湿薬を使用することが重要です。</p> <p>乾燥肌の子供さんには保育園でも使い慣れた保湿薬を適宜使用して、肌の乾燥を防ぐと良いでしょう。</p>
<p>アトピー性皮膚炎成人例の皮膚萎縮(例えば 肘窩・首)に対して、ネオオーラルプロトピック、 コレクチム、ステロイドランクを下げるなど 考えているが、演者の先生はどう対応して いるか。</p>	<p>ご指摘のとおり、ステロイド外用薬を長期に連続して使用すると皮膚が薄くなります(皮膚萎縮)。このため毛細血管が浮いて見えるため返って赤く見えたりします。また、外力にも弱くなりますので、軽微な外力で皮下出血を起こしたり、皮膚が剥がれたりします。ステロイド外用薬の使用に際しては、この様な副作用を避けることが大切です。</p> <p>この様な皮膚萎縮を回避するためには、ステロイド外用薬のランクを下げる(添付の表を参照ください)、非ステロイド外用薬へ切り替える、などの対応が考えられますが、私が最も有効であると考える方法は、ステロイド外用にて皮膚炎が改善したら外用の間隔を空ける対応です。外用を隔日に外用する、次に週に2回外用する、などとして、皮膚を休ませる期間を設けます。そうすることで皮膚萎縮を避けることができます。また、皮膚炎が改善しても皮膚炎の再発を防ぐために定期的にステロイド外用を行うことです。この方法は、2008年にドイツの皮膚科医が提唱した方法で、プロアクティブ療法と名付けられています。</p> <p>こうして週に1回ステロイド外用をすれば皮膚炎の再発を抑制できる様になれば初めてステロイドのランクを下げる、あるいは非ステロイド外用薬(プロトピック軟膏、コレクチム軟膏)に切り替えます。ネオオーラルの服用は、ステロイドの間隔が空けられない様な強い皮膚炎の場合に使用して、ステロイド外用薬が過剰となるのを回避するために使用します。</p>