



## ひ び そうようしやう 皮膚搔痒症について

みなさんこんにちは。大間病院の村井です。今回は外来でよく相談される「かゆみ」についてです。よく外来で「かゆくてかゆくて引っかいてしまう」との訴え



で受診される患者さんがいらっしやいます。実際にそのような患者さんの皮膚にはかきむしった痕跡（搔爬痕）が多数認められ、中には出血するほど引っかく方もいます。このような状態を皮膚搔痒症と呼び、その原因は①皮膚の乾燥、②服薬している薬剤の影響、③何らかの基礎疾患の3つに大別されます。③の基礎疾患としては多すぎてすべてを記載することはできませんが、特に高度の肝機能障害や腎機能障害が起因となる搔痒が有名です。ただ、圧倒的に多い原因は①の皮膚の乾燥です。冬になると大気が乾燥するため、皮膚のバリア機能が低下し、乾燥肌・敏感肌が悪化してしまいます。これは特にご高齢の方やアトピーのために皮脂や汗の分泌が低下している方に顕著です。また、中には頻回に入浴する人や入浴時に念入りにこすりすぎる人も皮脂が落ちすぎてしまい、乾燥肌は悪化してしまいます。部屋の保湿や保湿クリームの適

切な使用、入浴時にこすりすぎないことに気を付けなければいけません。



かゆくなったときも引っかいてはいけません。引っかくと皮膚が損

傷し、なおさら皮膚のバリア機能は低下してしまい、乾燥肌が悪化するという悪循環に陥ってしまいます。かゆいと思った際は、引っかきたい気持ちを我慢して保湿剤を塗った後に、患部をよく冷やしてください。冷やすことでかゆみを感じにくくすることができます。辛い食べ物を控えること、熱い飲料の大量摂取を控えること、アルコールの摂取を控えること、ストレスをためないことなども大事な生活改善です。

一度かきむしってしまい、湿疹になると治るまで時間がかかってしまいます。引っかく→皮膚バリア機能低下→乾燥肌悪化→さらにかゆくなるという悪循環に陥ってしまった場合は、適切な軟膏の使用で悪循環を断つことが望ましいため、大間病院にいらしてご相談いただければと思います。最後まで読んでくださりありがとうございました。



## 大間病院からのお知らせ

### 診療を受けるみなさんへお願い

平成30年12月11日以降、診療を受ける方は、予約のある・ないにかかわらず、正面玄関横の事務受付に診察券・保険証・予約票（予約のある方のみ）の提出が必要になります。ご協力をお願いいたします。

【お問合せ】 大間病院