



毎日のスキンケアが大切

アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎は、よくなったり悪くなったりを繰り返す痒みを伴う赤いぶつぶつの湿疹ができる病気です。アレルギーやドライスキンなどの皮膚炎体質の人にストレス、汗、乾燥、食べ物、ダニ・ほこりなどの悪化させる要素が加わることで発症します。

治療の基本は毎日のスキンケアです。入浴後に保湿軟膏を皮膚にバリアを作るイメージで1日1回以上塗りまします。皮膚は乾燥するとそれだけで痒みが生じ、痒いから掻く：掻くとますます痒くなるという悪循環になります。スキンケアはもちろんのこと、つめは短く切る、ちくちくする衣類は避ける、掃除でダニやほこりの悪化要因を減らす工夫も必要です。

薬による治療は、ステロイド外用薬などの塗り薬が中心です。炎症の程度、部位、患者さんの年齢を考慮して適切なものが処方されますので、使用方法を正しく理解して毎

日欠かさず塗ることが大切です。気まぐれに塗ったり塗らなかつたりしてはなかなか治りません。痒みが強い時には抗ヒスタミン薬、抗アレルギー薬を内服します。また皮膚のバリア機能が低下していると細菌感染(とびひ)やウイルス感染(水いぼ、ヘルペス)も起きやすいので、いつもと違うと思ったら主治医に相談してください。

お子さんが掻いているとつい「掻いてはダメ」と叱ってしまつたり、肌の状態が思い通りにならずつらい思いをしたりすることもあてしょう。アトピー性皮膚炎は短期間で治すことはできませんが、よくなつても手を抜かず、悪くなつてもがっかりしないで、根気よく治療を続けていきましよう。

吹田市医師会 大石 雅子