

市民公開講座

アトピー性皮膚炎のスキンケアと治療

山形大学医学部 皮膚科学講座

矢口 順子

2020年2月22日(土)
山形テルサ テルサホール

COI開示

発表者名 矢口順子

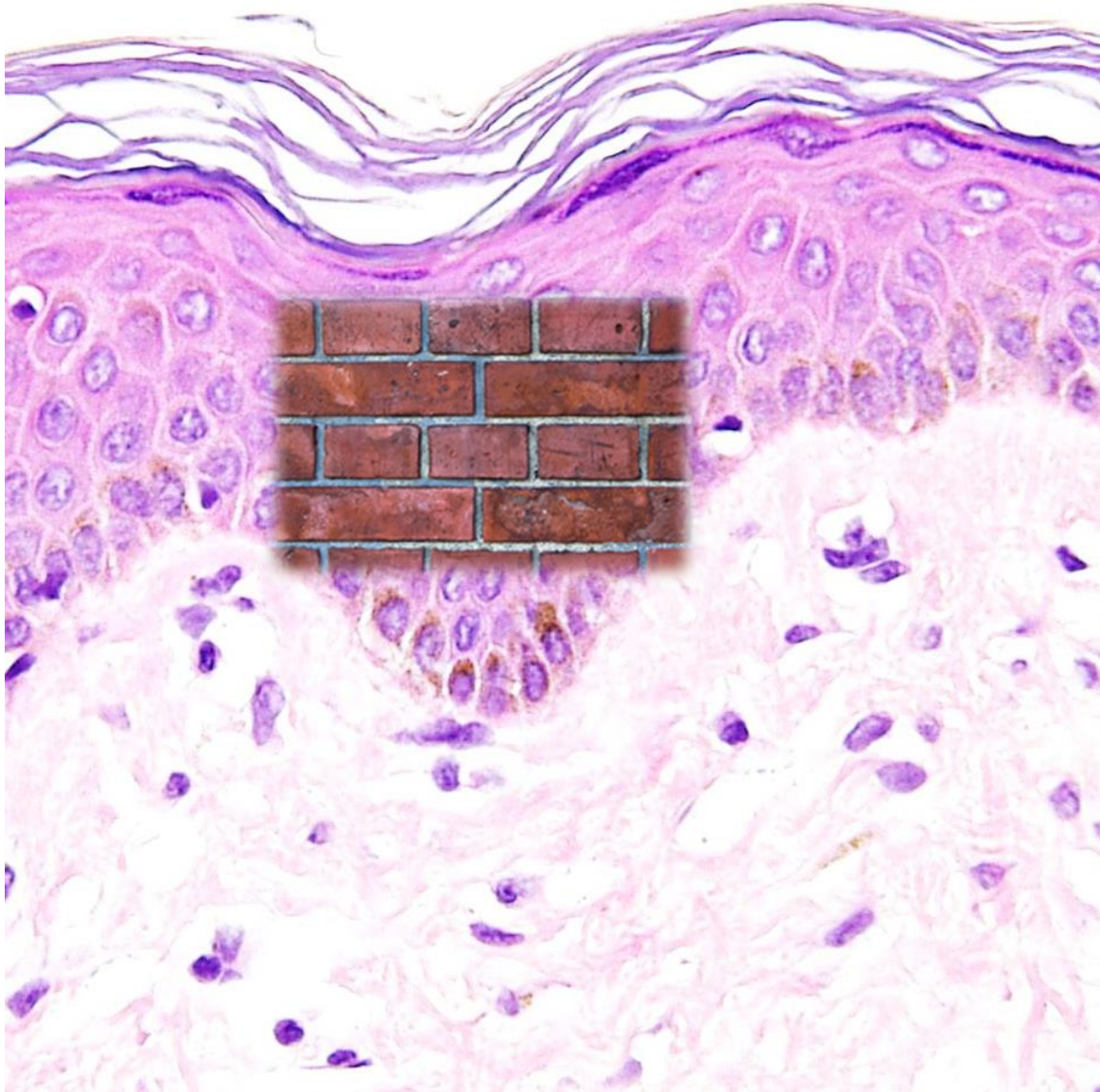
演題発表内容に関連し、発表者らに開示すべき
COI関係にある企業などはありません。

皮膚はどんなはたらきをしているの？



- 体重の約16%を占める人体で最大の臓器
- 体温の調節
- 水分の喪失を防ぐ
- 微生物や外界の刺激から生態を守る

実際の皮膚組織



角層

表皮

0.2ミリ

真皮

アトピー性皮膚炎ってどんな病気？

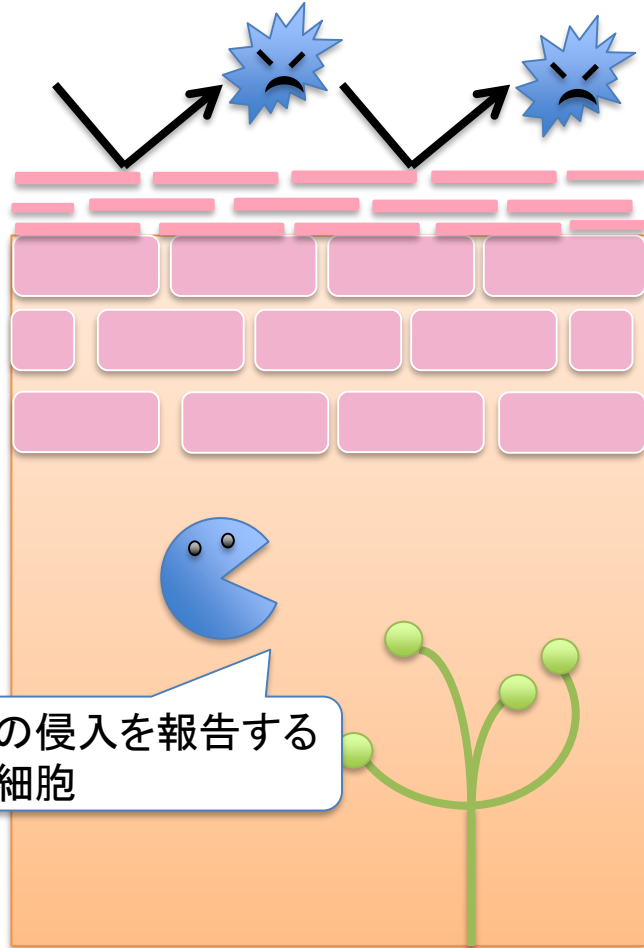
- 強い痒みを伴う発疹が繰り返し出現します。
- 発疹が広がると、かゆくて夜も眠れなくなります。
- 約80%の患者さんは5歳までに症状が出現します。
- 発疹は顔や首、肘や膝のくぼみに現れやすく、ひどくなると全身に広がります。



アトピー性皮膚炎の皮膚と健常者との違い

健康な皮膚

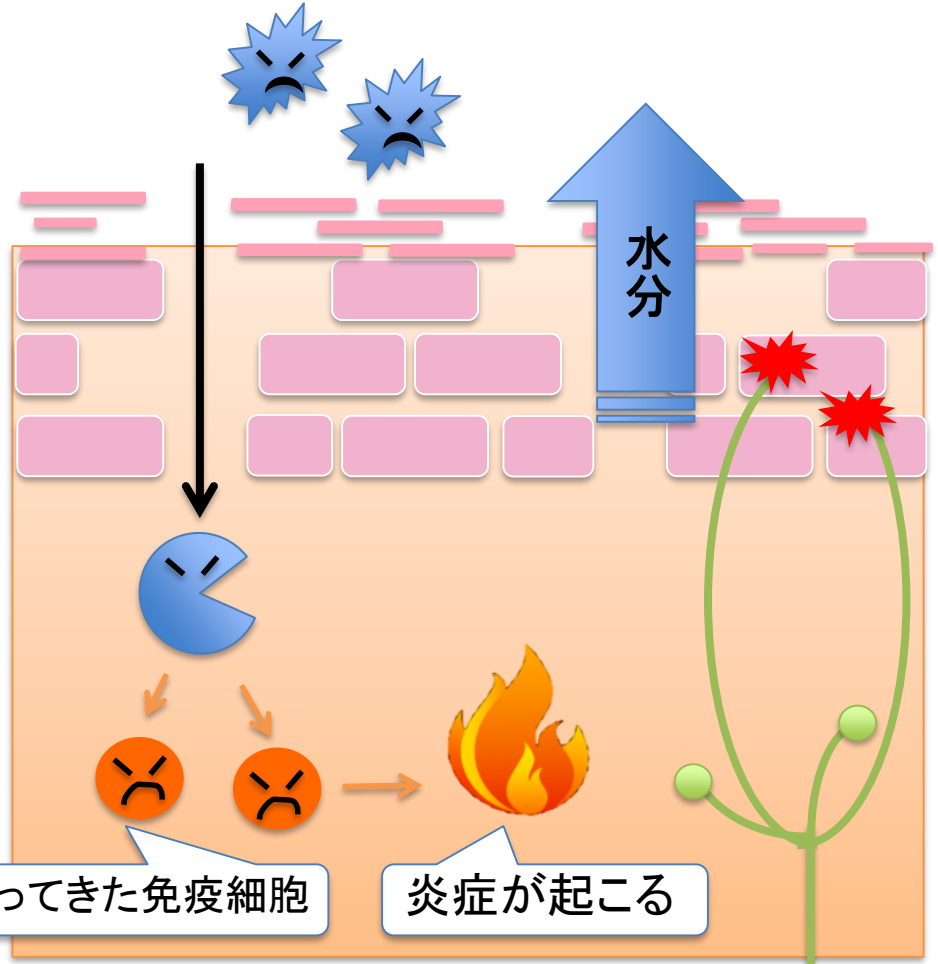
抗原や微生物



抗原の侵入を報告する免疫細胞

痒みの知覚神経

アトピー性皮膚炎の皮膚



集まってきた免疫細胞

炎症が起こる

アトピー性皮膚炎に特徴的な症状(乳幼児・小児期)



アトピー性皮膚炎に特徴的な症状(成人)



アトピー性皮膚炎は治るのでしょうか？

診療ガイドラインに沿ったアトピー性皮膚炎の治療目標

治療の最終目標(ゴール)は

- ・症状がないか、あっても軽微で日常生活に支障がなく、薬物療法もあまり必要としない状態に到達し、その状態を維持することである。
- ・このレベルに到達しない場合でも、症状が軽微ないし軽度で、日常生活に支障をきたすような急な悪化が起こらない状態を維持することを目標とする。

アトピー性皮膚炎は適切な治療により皮疹が安定した状態が維持されれば寛解が期待できる疾患である。

アトピー性皮膚炎の診断治療アルゴリズム

確実な診断
現病歴、既往歴、罹患範囲や重症度の評価

疾患と治療の目標・エビデンス

薬物療法・スキンケアに関する具体的な説明、患者教育

- ・ステロイド外用薬
- ・タクロリムス軟膏

寛解
(何ら症状がない)

増悪

寛解

寛解導入療法
(痒みや炎症を速やかに軽減する)

寛解維持療法
(症状が維持または頻回に再燃を繰り返す場合)

重症・最重症・難治性状態

保湿外用薬・スキンケアの継続

補助療法

治療アドヒアランスへの配慮

抗炎症外用薬による寛解導入

現時点において、アトピー性皮膚炎の炎症を十分に鎮静するための薬剤で、有効性と安全性が科学的に十分に検討されているの薬剤は、**ステロイド外用薬とタクロリムス軟膏**である。

- ✓ 適切な強さの外用薬を
 - ✓ 適切な量
 - ✓ 適切な期間
- 外用する



✓ 適切な強さの外用薬

ステロイド外用薬のランク

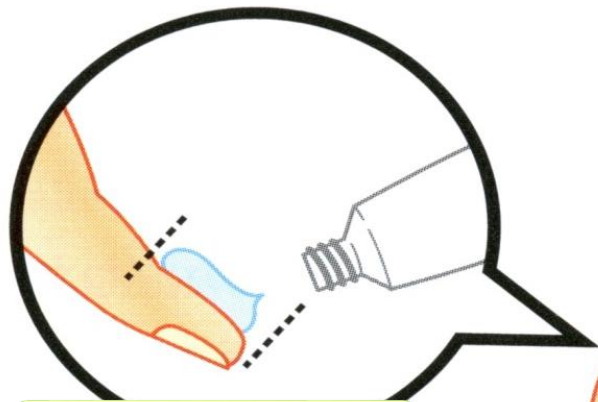
ストロングエスト(Ⅰ群)	重症
ベリーストロング(Ⅱ群)	
ストロング(Ⅲ群)	中等症
ミディアム(Ⅳ群)	軽症
ウィーク(Ⅴ群)	



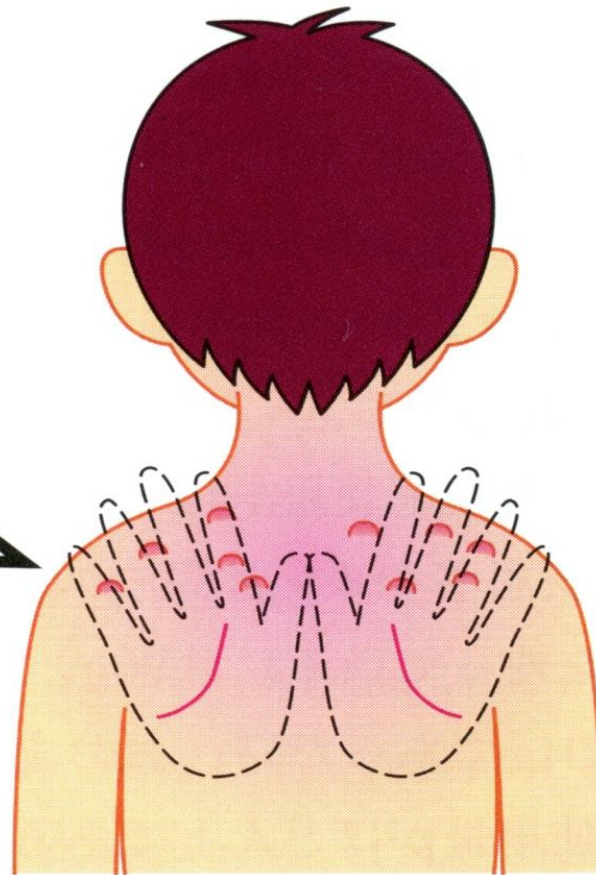
✓ 適切な量

Finger tip unit (FTU): フィンガーチップユニット

大人の第二指,
第一関節の
長さくらいの量が0.5g



1 FTU

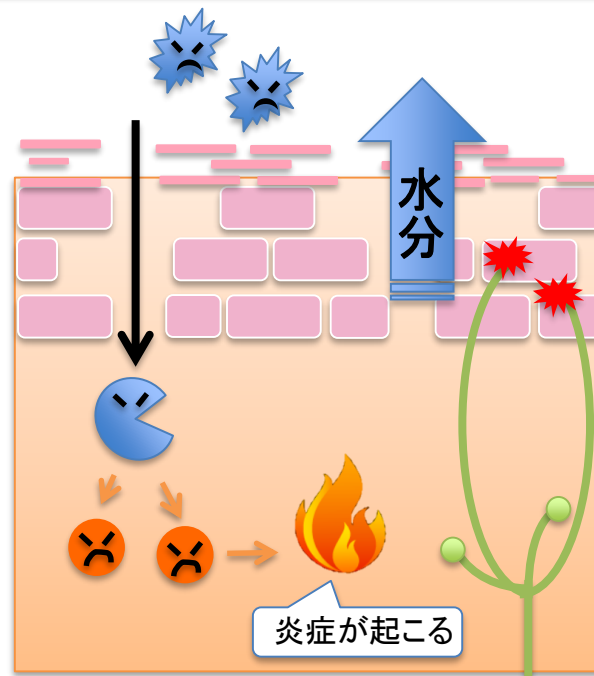


大人の手2枚分
くらいの広さの
患部に

✓ 適切な期間

アトピー性皮膚炎は、外用薬で炎症がおさまったように見えても、実はまだ炎症細胞が皮膚に残存しており、再び炎症を引き起こしやすい状態にあります。

アトピー性皮膚炎の皮膚



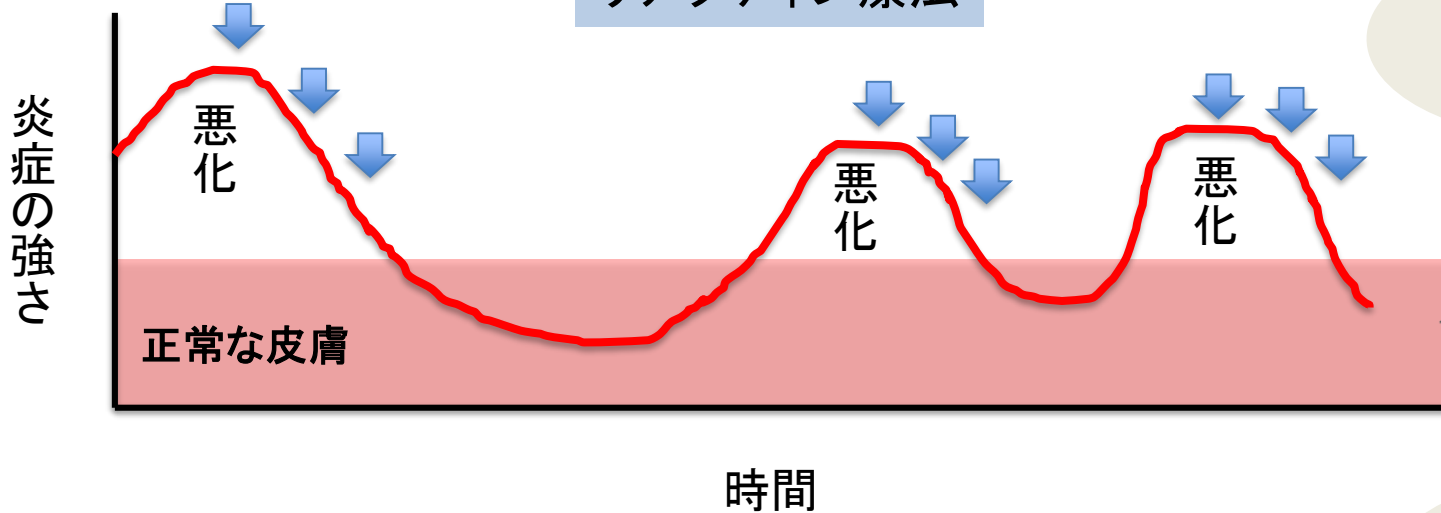
✓ 適切な期間

プロアクティブ療法

プロアクティブ療法とは、炎症のない状態までに改善した皮膚に、ステロイド外用薬やタクロリムス軟膏を週2回程度塗布し、皮膚炎の再燃を予防する治療法のこと。

↓ 抗炎症薬の外用

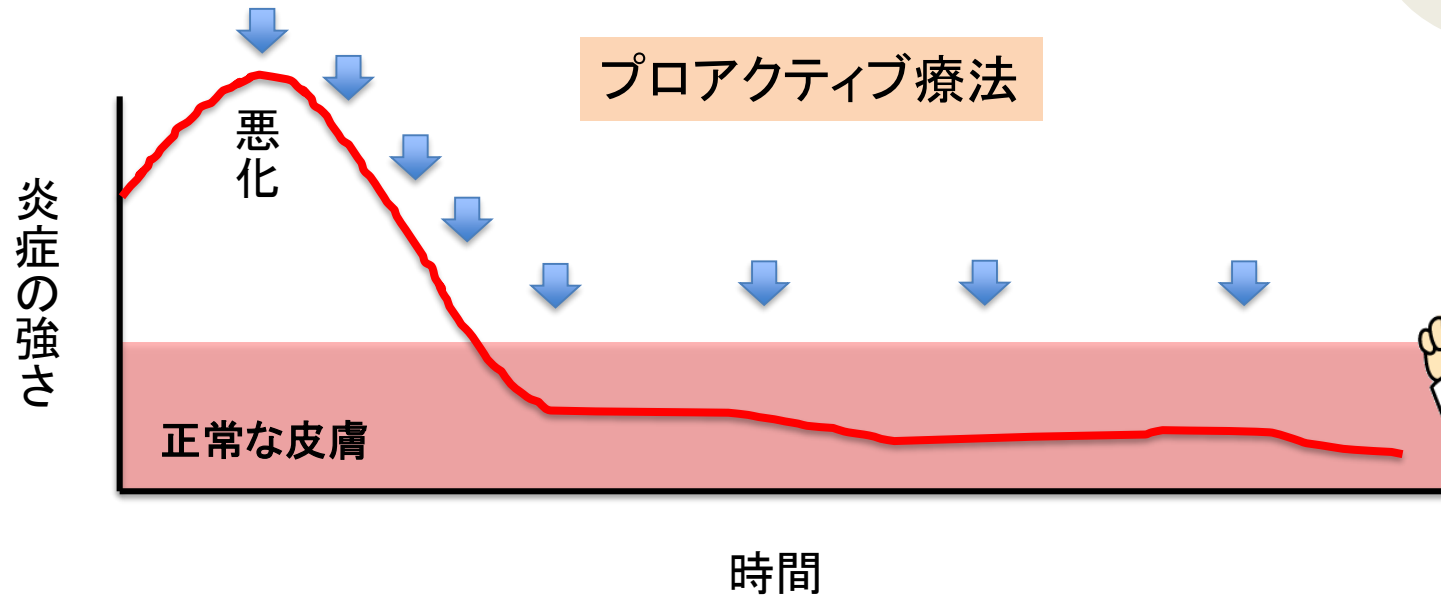
リアクティブ療法



モグラたたき
みたい！



プロアクティブ療法



モグラたたき
はダメ！



症状がでたときに治療する



→ リアクティブ療法

症状の出る前から治療する

→ プロアクティブ療法

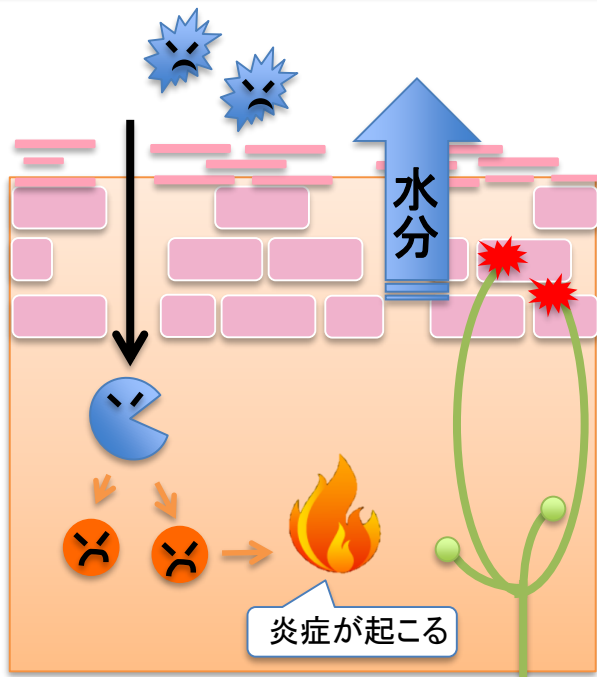


プロアクティブ療法はリアクティブ療法に比べ、中等症から重症のアトピー性皮膚炎の子供の症状を改善することが証明されています。

保湿外用薬によるスキンケア

- アトピー性皮膚炎の皮膚はドライスキン
- そのため、アレルゲンの侵入が容易になり皮膚炎を起しやすい。

アトピー性皮膚炎の皮膚



保湿剤の外用で
皮膚バリア機能を回復・維持



皮膚炎の再燃予防・痒みの抑制

保湿・保護を目的とした主なスキンケア外用薬

- ✓ 皮膚の保湿を主としたもの
 - ヘパリン類似物質含有製品
 - 尿素製剤
- ✓ 皮膚の保護を主としたもの
 - 白色ワセリン
 - 亜鉛華軟膏

保湿剤いつ塗るか？

- 入浴で上昇した皮膚の水分量は時間とともに減少することや外用の習慣づけを考えると、入浴後できるだけ早めに外用がいいのではないかと考えられています。

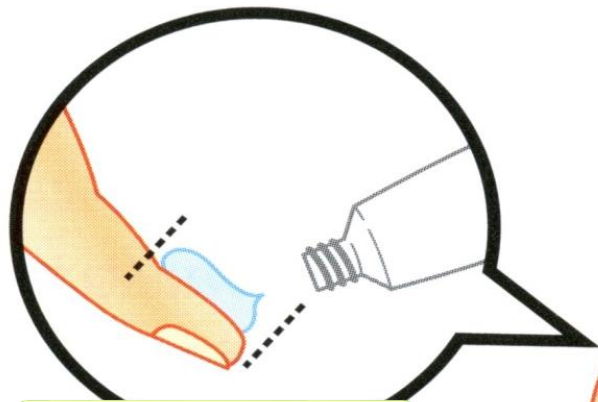


✓ 適切な量

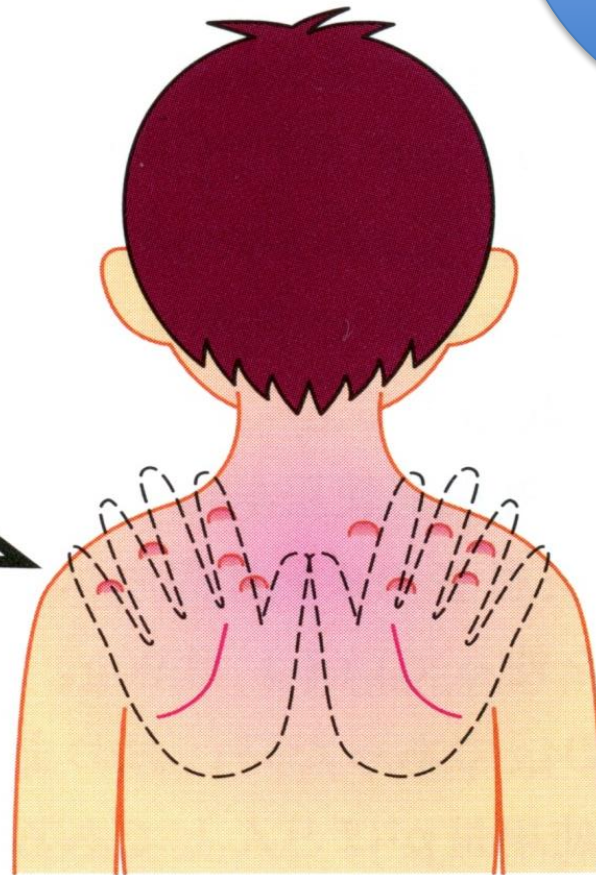
Finger tip unit (FTU): フィンガー

保湿剤でも
一緒です。

大人の第二指,
第一関節の
長さくらいの量が0.5g



1 FTU



大人の手2枚分
くらいの広さの
患部に

アトピー性皮膚炎において保湿は非常に重要です

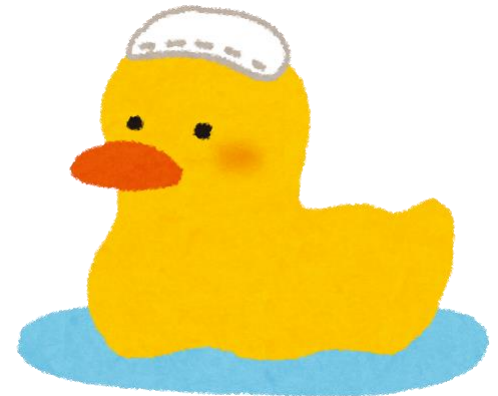
新生児期からの保湿剤塗布によりアトピー性皮膚炎の発症リスクが3割以上低下することが分かりました。

保湿剤塗布により皮膚のバリア機能が強化されたためと考えられています。



お風呂は何度で入れればいい？

- 入浴時のお湯の温度が高すぎると
かゆみの誘発
皮膚のバリア機能が低下
してしまいう可能性あり。
- 季節に応じて38-40°Cのお湯の温度で入るのがいいでしょう。



石鹼・洗淨剤は使用したほうがいい？

- 皮膚の清潔を保つためには有用。
- 洗淨剤に含まれる色素や香料などの添加物は皮膚への刺激を引き起こすこともあるので注意しましょう。



今日のまとめ

- ステロイド外用薬は適切な強さの外用薬を、適切な量、適切な期間外用しましょう。
- アトピー性皮膚炎の肌はドライスキンです。皮膚バリア機能のために保湿剤を塗りましょう。