

市民公開講座

アトピー性皮膚炎の治療とスキンケア

山形大学医学部 皮膚科学講座

矢口 順子

2021年3月13日(土)
山形テルサ テルサホール

COI開示

発表者名 矢口順子

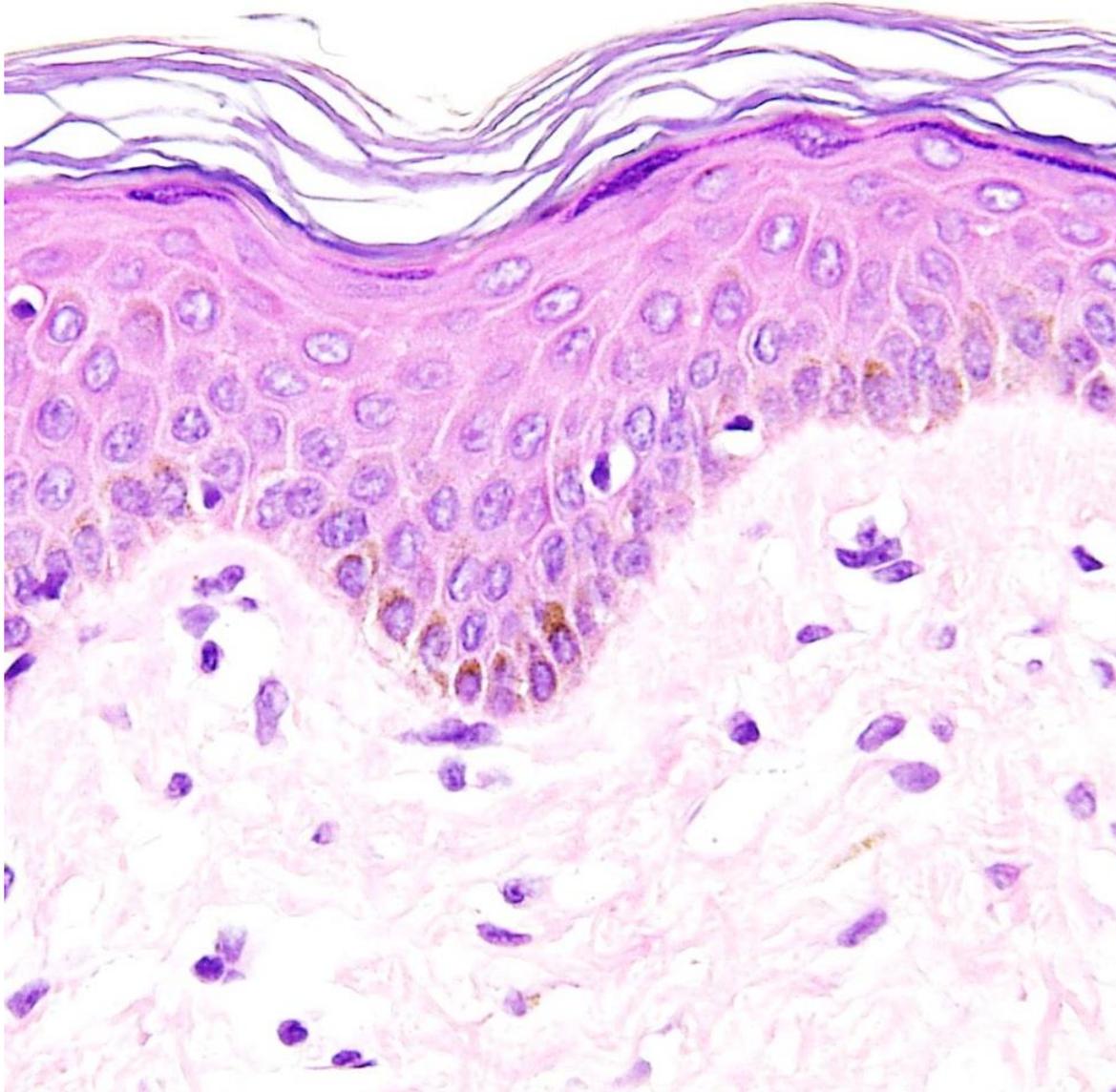
演題発表内容に関連し、発表者らに開示すべき
COI関係にある企業などはありません。

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？

かゆみのある湿疹が、慢性的に良くなったり悪くなったりを繰り返す病気です。

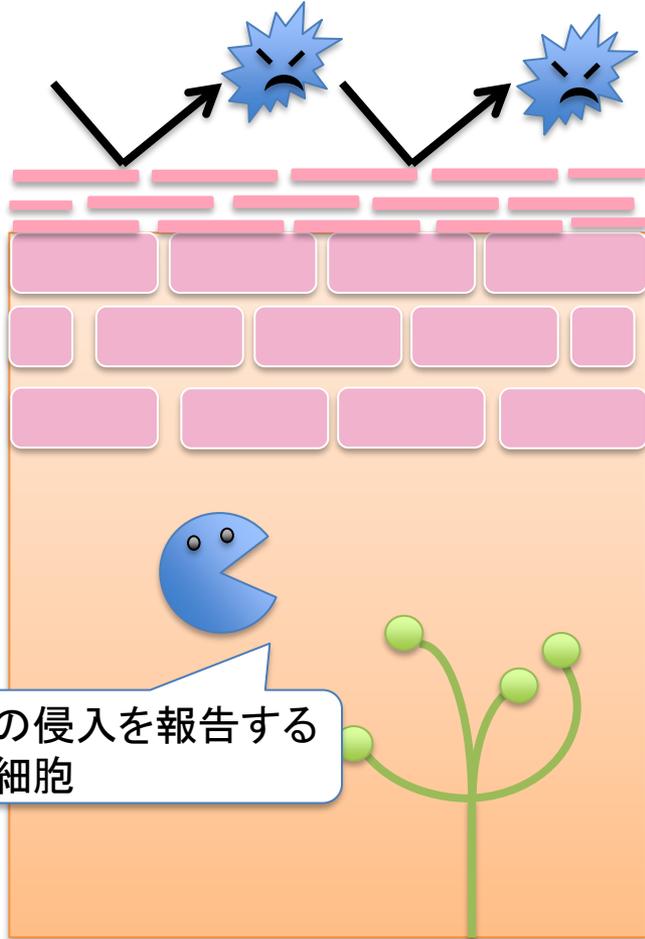
- 慢性的とは・・・1歳未満であれば2か月以上
1歳以上であれば6か月以上



アトピー性皮膚炎の皮膚と健常者との違い

健康な皮膚

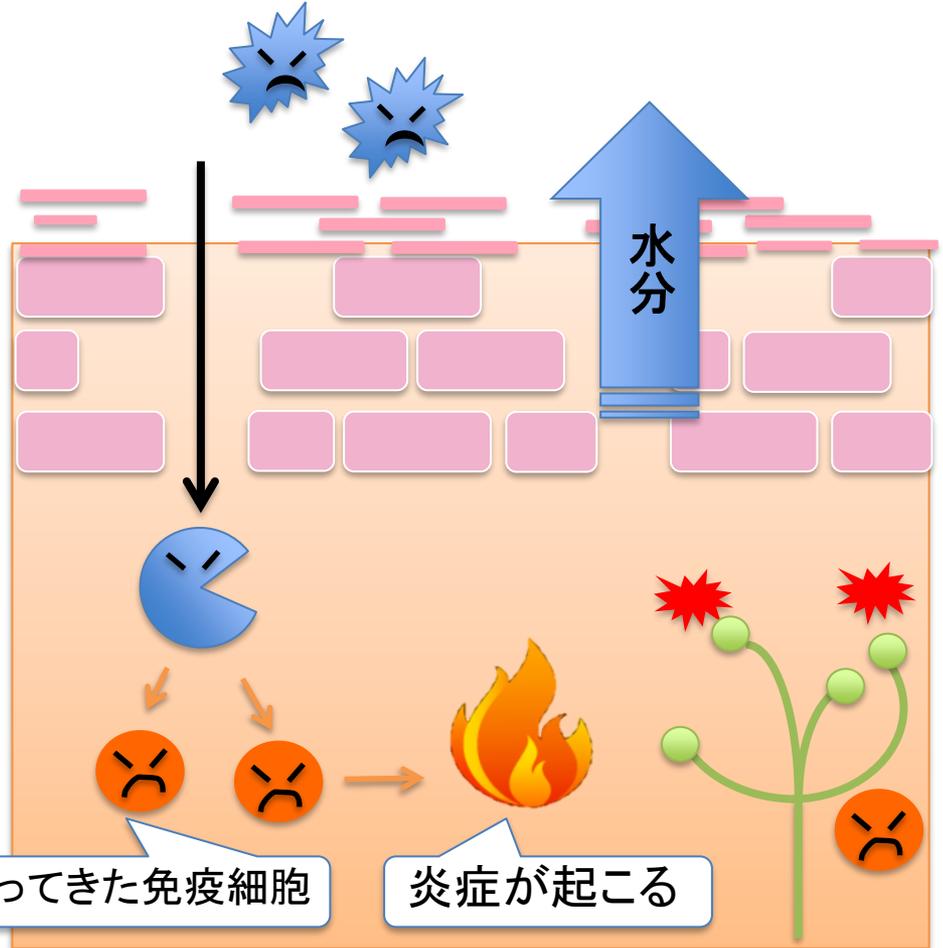
抗原や微生物



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



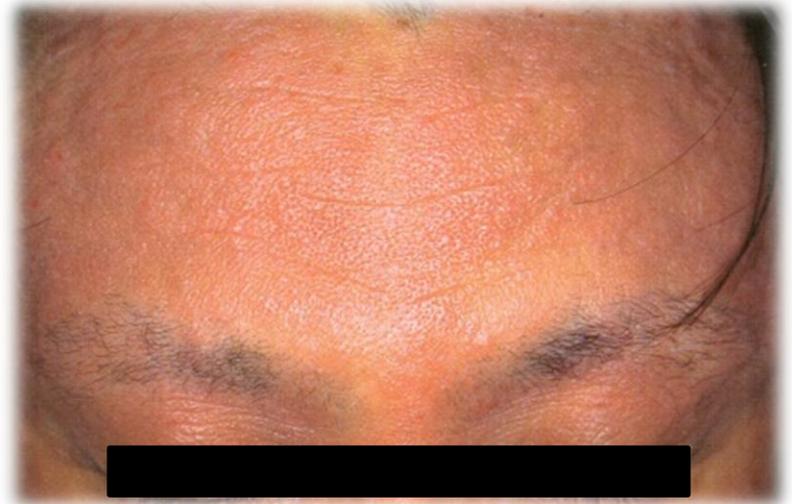
集まってきた免疫細胞

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。

短期間では治りませんが、正しい治療を行うことで症状がでない状態になります。

アトピー性皮膚炎の治療とは？

治療の3本柱

- ① 薬物療法
- ② スキンケア
- ③ 悪化要因の対策

アトピー性皮膚炎の治療とは？

治療の3本柱

- ① 薬物療法
- ② スキンケア
- ③ 悪化要因の対策

治療の基本は塗り薬です

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

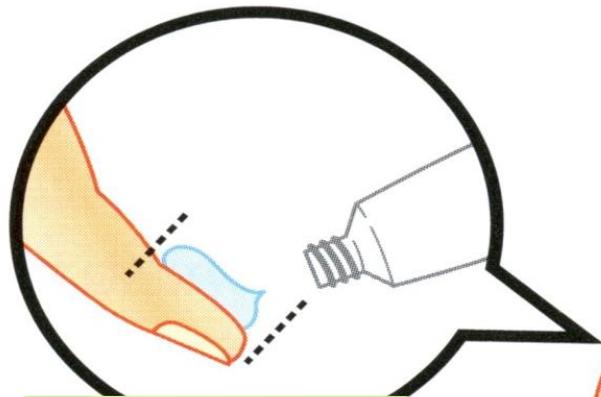
ストロングエスト(Ⅰ群)	重症
ベリーストロング(Ⅱ群)	
ストロング(Ⅲ群)	中等症
ミディアム(Ⅳ群)	軽症
ウィーク(Ⅴ群)	



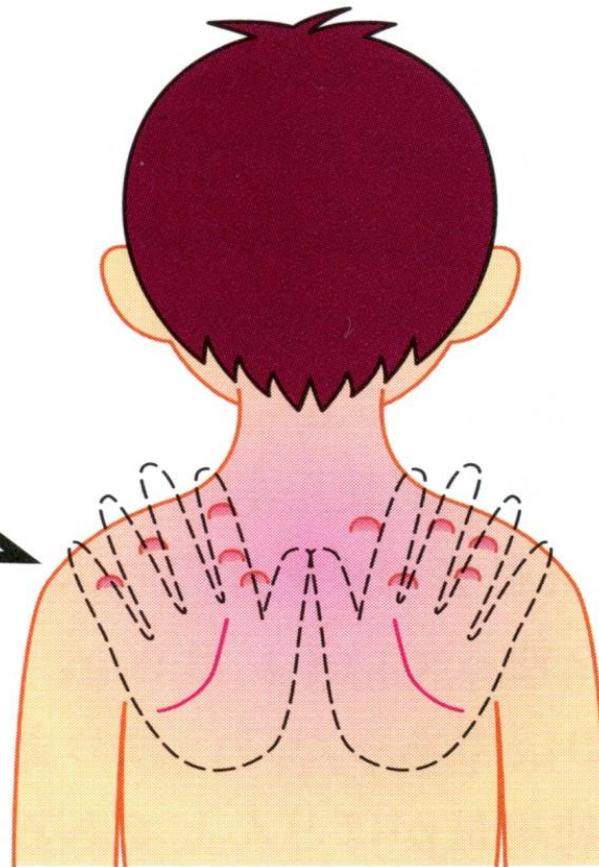
✓ 適切な量

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

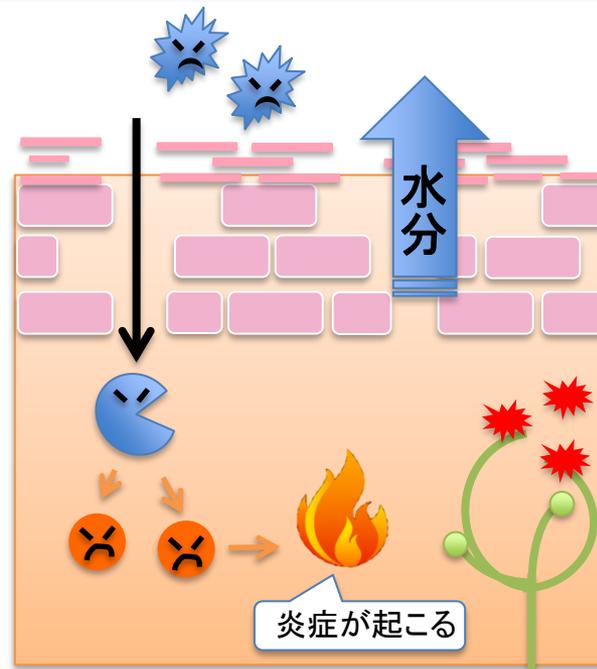


大人の手2枚分
くらいの広さの
患部に

✓ 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



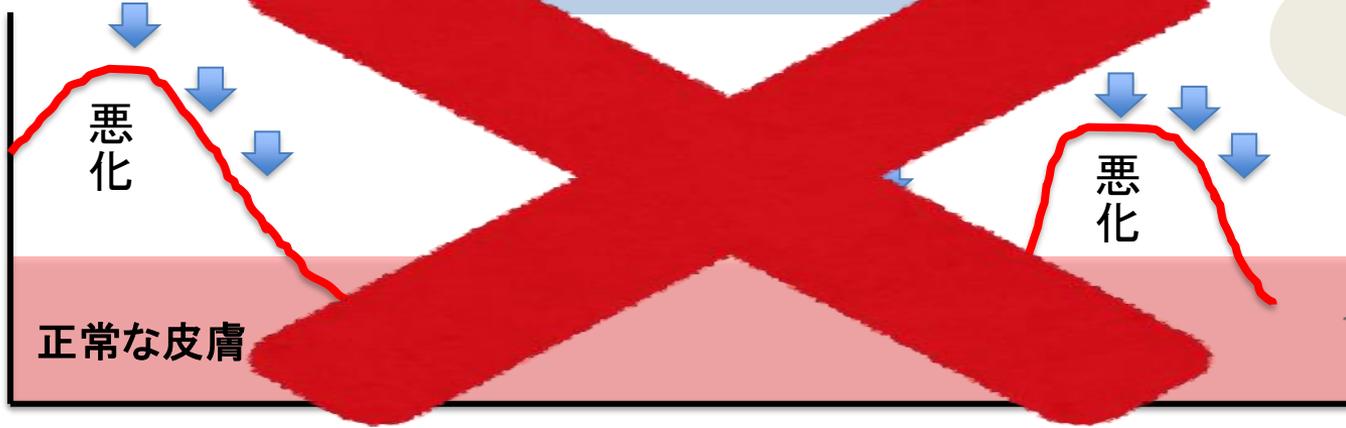
プロアクティブ療法

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

ってほしくない外用方法

炎症の強さ



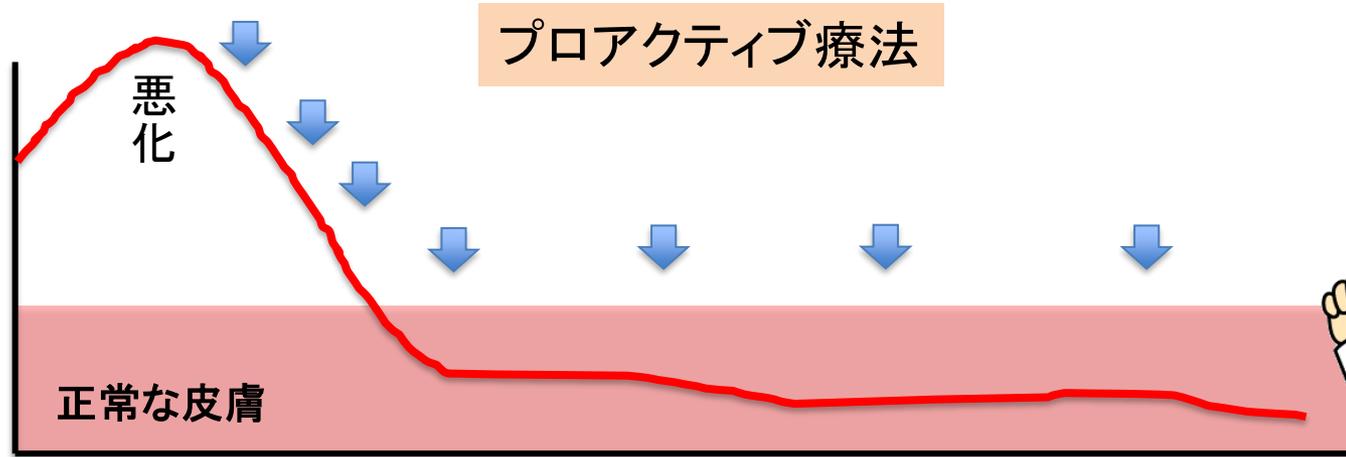
モグラたたき
みたい！



時間

↓

炎症の強さ



モグラたたき
はダメ！



時間

アトピー性皮膚炎の治療薬

塗り薬

ステロイド軟膏
タクロリムス軟膏
保湿剤
外用JAK阻害薬



飲み薬

経口ステロイド薬
シクロスポリン
JAK阻害薬



注射薬

生物学的製剤



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

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

外用薬

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

アトピー性皮膚炎の治療とは？

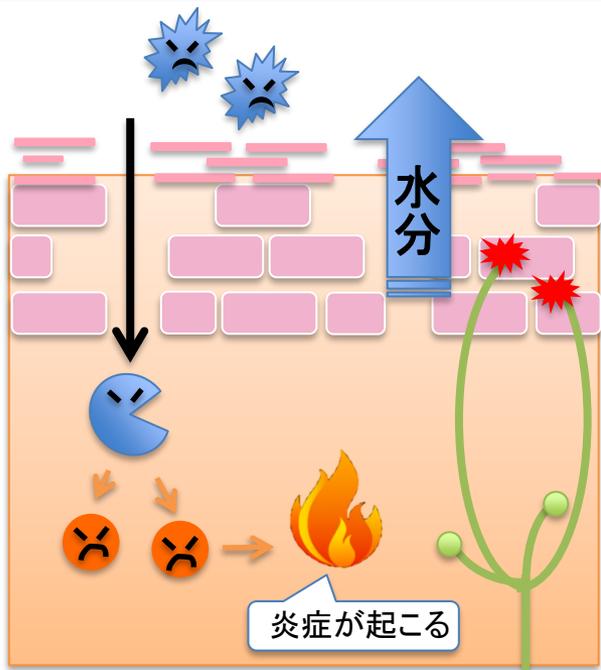
治療の3本柱

- ① 薬物療法
- ② スキンケア
- ③ 悪化要因の対策

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。**

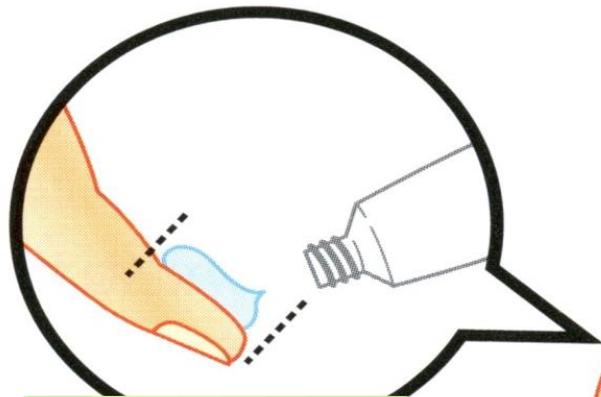


✓ 適切な量

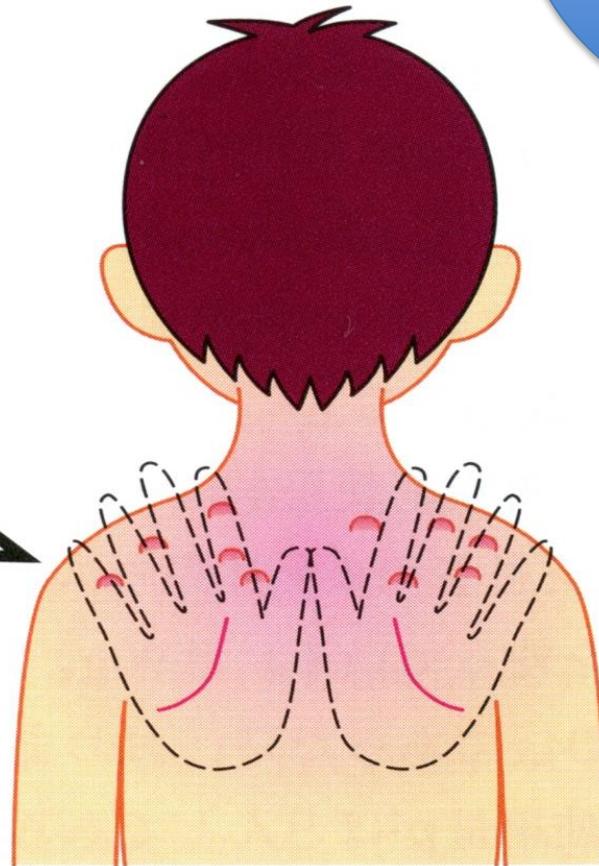
Finger tip unit (FTU) : フィンガ

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



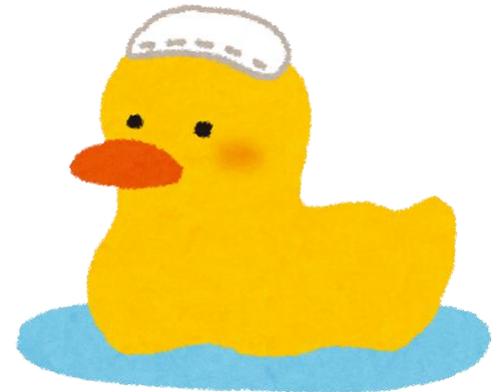
1 FTU



大人の手2枚分
くらいの広さの
患部に

お風呂は何度で入ればいい？

- 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。



アトピー性皮膚炎の治療とは？

治療の3本柱

- ① 薬物療法
- ② スキンケア
- ③ 悪化要因の対策

悪化要因にはどんなものがあるの？

- 室内の悪化要因としてはダニ、ハウスダスト、カビ、ペットなどがあります。
- 汗をかいてそのままにしておくことも悪化因子です。
- タバコは本人の喫煙だけでなく、受動喫煙も影響します。



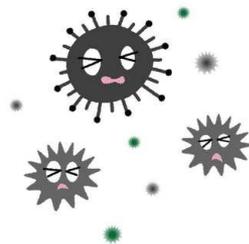
家のアレルギーを減らすにはどうしたらいいの？

ダニ



- ・布団の乾燥
- ・抗ダニシーツ使用
- ・絨毯を使用しない
- ・ぬいぐるみを置かない

カビ



- ・エアコンの掃除
- ・換気

ペット



- ・なるべく飼わない
- ・ペットを洗う
- ・寝室に入れない

接触アレルギーについて

- いわゆるかぶれのことです。
- 化粧品、シャンプー、リンス、またそれらに含まれる香料などで皮疹が悪化することがあります。
- アトピー性皮膚炎など皮膚疾患がある場合は、なるべく余計な香料などが入っていないものをお勧めしています。



今日のまとめ

- 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。
- 悪化因子に対する対策もできるだけ行いましょう。