

「アトピー性皮膚炎と汗」

医学博士 長谷川時生先生

季節の変わり目は、不快な皮膚のトラブルも多くなってくる時期でもあります。

日中の厳しい暑さには、熱中症予防に十分な水分を摂取することが大切です。水や汗をかいて体温を下げることも重要です。

一方、アトピー性皮膚炎で悩まれている方は、この時期に汗をかくことで症状が悪化することが以前から知られていました。

今年6月に、広島大学の秀道広教授らのグループがアトピー性皮膚炎と汗の問題について新しい発表をしました。

ヒトの皮膚の表面に常在する、マラセチアというカビの1種が分泌する、あるタンパク質がアトピー性皮膚炎患者にアレルギー

反応を起こすという内容でした。

汗がアトピー性皮膚炎の悪化因子であるとの定説を裏付ける研究成果でした。

今後このタンパク質を吸着したり、不活化したりする治療方法やスキンケアの方法が開発されることが期待されています。



夏に汗をかくのは、体温調整に必要な生理現象であることは間違いありません。

アトピー性皮膚炎の患者さんでも運動をすることは大切です。汗をかかないようにすることはなく、かいた汗をどうするか、その対策が重要です。

汗の対策

- ①シャワーを浴びられる環境ならば、朝、夕に2回シャワーを浴びて汗を流す。
- ②洗浄力の強い、石鹸やボディシャンプーの使用は避け、タオル等で擦らない。
- ③シャワーを浴びた後は、通常通りに保湿剤を使いスキンケアを行う。
- ④日中はかいた汗を早めに、濡れタオルで拭う等、汗のたまりやすい部位（首周り、腋、肘の内側、膝裏など）を清潔に保つ。

アトピー性皮膚炎と悪化因子

アトピー性皮膚炎の症状を悪化させる因子がいくつか知られています。

上記の汗もそのひとつです。食物や環境因子（ハウスダストやダニなど）、心理的、社会的ストレスもそ

うです。

悪化因子を調べて把握しておくことは、症状を軽くするために大変重要となります。

乳児期では食物アレルギー（アレルギーマテリアル）で降では環境アレルゲン（ハウスダスト、ダニなど）の関与が疑われるとされていますが、食物アレルギーの関与は、すべての年齢層でその可能性が異なります。

これを判断するには、症状の経過（病歴）と血液検査結果、さらにアレルゲンの除去試験や負荷試験をおこなう必要があります。

今回のシリーズ健康では、長谷川医師に「食物アレルギーとアトピー性皮膚炎」についてお話しします。

あきたすてらクリニックでは、健康栄養相談も行なっているとのこと。お気軽にお寄りしてみてはいかがでしょうか？

形成外科・皮膚科・アレルギー科
あきたすてらクリニック

(ラ・ポア・ラクテ1F) 駐車場あり
〒010-0851
秋田県秋田市手形字西谷地1-2
TEL:018-874-7411
FAX:018-874-7412
URL: <http://www.akita-stella.jp>
facebookで情報発信しています

●通常診療 ●手術 ★予約外来

時間	日	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	★	●	●	●	●	/

* 休診日/土曜日 午後・日曜日・祝日

