



(特集) アトピー性皮膚炎、お薬手帳について  
発行責任者：高島 英明  
<http://www.health-kikaku.co.jp/>

## 特集 アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎は、もともとアレルギーを起こしやすい体質の人や、皮膚のバリア機能が弱い人に多く見られる、皮膚の炎症を伴う病気です。  
症状は個人差があります。

定義	<ul style="list-style-type: none"> <li>かゆみのある湿疹ができる</li> <li>良くなったり悪くなったりを繰り返す</li> <li>アトピー素因（アレルギーを起こしやすい体質のこと）をもつ</li> </ul>
診断基準	<ul style="list-style-type: none"> <li>かゆみの強い湿疹が長く続く</li> <li>特徴的な湿疹ができる（赤みがある、ジクジクと水分が多いなど）</li> <li>耳、顔、首回り、わき、手足の関節の内側などに出やすい</li> <li>皮膚全体がカサカサしている</li> <li>乳児で2ヶ月以上、その他では6ヶ月以上続くと慢性と判断される</li> </ul>



原因や症状を悪化させる要因は人によって異なりますが、体質的な要因と環境的な要因が重なった時に、皮膚炎の症状が現れると考えられています。

- 体質的な要因：アトピー素因、皮膚のバリア機能低下
- 環境的な要因：
  - ・アレルギー（アレルギー症状の原因物質）：食物、ダニ、カビ、ホコリなど
  - ・アレルギー以外の刺激：汗、衣類による摩擦、化学物質（石鹸、化粧品など）、皮膚の汚れ、紫外線など
  - ・その他：寝不足、過労、ストレスなど



皮膚の炎症が続くとかゆみも続きます。搔いてしまうとバリア機能がより低下し、外からの刺激をますます受けやすい状態になります。この悪循環を食い止めるために、できるだけ早くしっかりと炎症を抑えること、スキンケアで悪化を防ぐこと、皮膚への刺激を減らすことが大切です。

### ●治療

「薬物治療」「スキンケア」「悪化因子への対策」が3大ポイントです。

薬物治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・保湿剤を中心としたスキンケアが基本</li> <li>・症状に合わせた薬物治療で皮膚の炎症をおさえ症状を改善する</li> <li>・ステロイド薬、免疫抑制薬などの外用薬が主に使用される</li> <li>・内服薬も必要に応じて使用される</li> </ul>	
スキンケア (清潔と保湿)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入浴やシャワーで皮膚を清潔に保つ（熱い湯は避ける）</li> <li>・入浴後はできるだけ早く保湿剤を塗る</li> <li>・乾燥の強い季節は加湿器を使用する</li> </ul>	
悪化因子への対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個々の悪化因子の検討と認識</li> <li>・生活環境の整備、ライフスタイルの改善（汗対策やペットの飼育、ストレスの回避など）</li> <li>・神経質になりすぎないこと</li> </ul>	

自己判断はせず、早めに医師に相談してください。生活習慣を見直す、ストレス発散方法を見つけるなど、心身の健康を心がけるようにしましょう。また、皮膚の調子が良くなっても油断せず、予防を意識した生活を送りましょう。（北西）

### 診療報酬改定のお知らせ（お薬手帳について）

2年に一度4月に診療報酬の改定が行われます。今回の改定では、今までと違い、お薬手帳を持参することで支払額が安くなります。（ただし、初めての方や半年ぶりに来局される方は除きます。）



#### お薬手帳とは？

- ・処方された薬の名前や飲む量、回数などの記録を残すためのもの。複数の医療機関で薬をもらう時に同じ薬が出ていないか、飲み合わせに問題がないかなどの確認ができる。
  - ・薬での副作用やアレルギーを記載しておくことで、それらを未然に防ぐことができる。
  - ・旅行や災害、急に具合が悪くなったときに持っている、自分の薬の情報を正確に伝えることができる。
- ※一般用医薬品（OTC）、健康食品などをお飲みの方は記載しておきましょう。思いがけない飲み合わせ、食べ合わせが見つかるかもしれません。

お薬手帳を病院ごと、薬局ごとに分けていては飲み合わせの確認ができません。1冊にまとめましょう。同じ薬局で薬を管理していく「かかりつけ薬局」をもつことの大切さが今回の改定に反映されています。（宮本）

いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局  
つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店