

こどもしんぶん

吉祥院こども診療所
2018年6月 第53号

湿疹の治療法かえました

かみの診療所 所長 奥原賢二

湿疹の治療では、ステロイド剤の軟膏やクリームが主流ですが、その使い方が不適切であることがはつきりしてきました。しかし、伝統的に今でも「効果の少ない（弱い）ステロイド剤」が使われています。これは依然続く「ステロイド剤は怖い」という根拠のない考え方を、一般の方どころか医療関係者までもが信じていることによります。

「ステロイド剤は、その使い方こそが大切である」事が行きわたっていません。

ステロイド剤は、その効果（強さ）の違いで、5群（weak・mild・strong・very strong・strongest）に分けられます。このうち一番弱いものは実際の効果がほとんど無いので、都合4群となります。この4群のうち最も使われるのが、3番目（strong）のグループです。商品名ではリンデロン・フルコートなどでおなじみです。更に4番目（mild）がキンダバート・アルメタ・ロコイドなどでこれも一般的に良く使われています。

今までは、通常の湿疹には3群（strong）までにするのが、皮膚科での常識でしたから、小児科もそれに従ってきました。でもアトピー性皮膚炎やひどい湿疹には今一つ効果がなく、もっと強い軟膏を使いたいと思っても、皮膚科がしていないことを・・・という遠慮の気持ちでした。更に顔や陰部はステロイドの吸収が良いからランクを落とせとも書かれていました。

実際に、ひどい湿疹にはこのランクでは効果が無く、どうしたら良いのかが悩みでした。ところが、ある皮膚科の教授の論文で私たちの悩みは一気に解決しました。

まさに私たちが感じ望んでいた事そのものが書かれていました。

- ①弱い軟膏ではなかなか良くならずに、結果的に大量のステロイドを長期に塗ることになる。強いステロイド剤で一気に改善することが最善である。
- ②顔や陰部の話はネズミの実験であり、人の皮膚はもっと厚いから参考にならない。
- ③湿疹は掻かなければそれ以上に悪くはならないから、湿疹が有っても「痒みが無い」ところには軟膏はいらない。
- ④軟膏を混合すると安定性が無くなるからすべきでない。
- ⑤抗ヒスタミン剤をかゆみ止めとして（内服・軟膏）使っても効果はない。
- ⑥保湿剤の上にステロイド剤を塗ると効果が落ちる。
- ⑦strong とそれ以上との効果の差は大きい。特に strongest の効果は絶大である。

裏面へ



そこで私たちもそれにならってランクを上げて（2群 **very strong**・1群 **strongest**）を使ってみたところその効果は素晴らしいものでした。全身が湿疹で裸にすると掻きまくっていたこどもが1週間目には、「この子、湿疹あったっけ」というくらいすっかりして掻く事も無くなりましたし、掻きまくって疣の様に盛り上がった湿疹が、2～3週間で全く平になってしまうのです。今までのランクの軟膏では全くあり得ませんでした。

更に、一旦良くしてしまうと掻かなくなりますから、その後はほとんど悪化しないことも解りました。痒いところだけ塗ってくださいという方法でそれが維持できるのです。つまり、ステロイド軟膏を使い続けることが無くなるのです。

そして、分かったことは、**strong** とその上の2つのランクの軟膏にはその効果に非常に大きな差があることです。今までの医療では、ほとんど効かないランクの軟膏（**strong** 以下）が安全と名売って勧められていたことです。あるお母さんは、1回塗っただけで、その効果に驚いた、今までと全然違うと感じたと話してくれました。別のお母さんも「掻くな、掻くな」と言わなくて良いからうれしいと話してくれましたし、本人の表情もとても明るくなりました。

今まで掻く事にどれだけの時間を使っていたことでしょうか。皮膚科医が「4日塗ったら止めてください」という事がありますが、4日でよくならなかつたらどうしたら良いのでしょうか。これでは治療になりません。痒いところのみに塗布する事は蚊に食われた時を考えるとよくわかります。食われた後に痒みをすぐに抑えられればそこを掻きませんから、それ以上そこは悪くなりません。

つまり、「**湿疹は掻かなければ、それ以上悪くはならない**」ですから、痒いところだけに塗布すれば良いのです。こうして、一旦湿疹を収めてしまえば、後は簡単なのです。今までのやり方では完全に収められませんから、痒い痒いが続きいつまでも掻き続けて良くならなかつたということです。

この方法にしてから、どんなにこども達が痒みから解放され、どんなにお母さんも痒くなという言葉から解放された事でしょう。もっと早くからこの方法をとれば良かったと思います。

みんな今までごめん！が正直な気持ちです。

～6月のこども診療所の案内～

6月6日（水）14時30分～ アロマ教室

（虫よけスプレー作り）

6月28日（木）14時～ なかよし広場

（虫よけ対策）

