

日本医師会インターネット生涯教育協力講座<アトピー性皮膚炎における外用療法の実際>  
実例を通して学ぶ診療のポイント 成人の場合 - 3

寛解維持における  
プロアクティブ療法とは

● 総監修 ●

東京逋信病院皮膚科

江藤 隆史

## 寛解維持におけるプロアクティブ療法とは

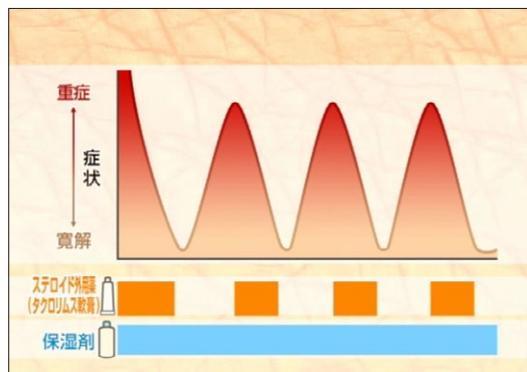
### 【1】プロアクティブ療法とは

#### ○外用薬と保湿剤の使い方

- 寛解導入後は、ステロイドやタクロリムス軟膏などの外用薬と保湿剤を併用しながら、やがて保湿剤のみで寛解を維持できるようになることが理想である。



- しかし、反復性の経過をたどるアトピー性皮膚炎では、皮疹が再燃することは珍しくない。
- このとき、症状が軽快したからといって外用薬を使わずにいと、再燃は大きなものとなってしまう。
- 症状の悪化が目に見えてから外用薬による対応を続けても、疾患自体は軽快へと向かうことができない。



#### ○プロアクティブ療法

- 近年は、アトピー性皮膚炎がある程度軽快した後も外用薬の使用を続けることで、再燃を抑え、良好な状態を維持していきこうとする考え方(プロアクティブ療法)が注目されている。



## 【2】スキンケアの実際

- ◆治療の三本柱の一つであるスキンケアは、寛解維持の大切な要素である。
- ◆重症ではない患者では、スキンケアを主体とするだけでもかなり良い状態になるため、時間をかけてスキンケアの説明をすることが望まれる。
- ◆「アトピー性皮膚炎診療ガイドライン 2009」では、スキンケアの実際として、以下の要点があげられている。



### 1. 皮膚の清潔…毎日の入浴・シャワー

- 汚れは速やかに落とす。しかし、強くこすらない。
- 石鹸・シャンプーを使用するときは、洗浄力の強いものは避ける。
- 石鹸・シャンプーは残らないように十分にすすぐ。
- かゆみを生じるほどの高い温度の湯は避ける。
- 入浴後にほてりを感じさせる沐浴剤・入浴剤は避ける。
- 患者あるいは保護者には皮膚の状態に応じた洗い方を指導する。
- 入浴後には、必要に応じて適切な外用薬を塗布する。

### 2. 外用薬による皮膚の保湿・保護…保湿・保護を目的とする外用薬

- 保湿・保護を目的とする外用薬は皮膚の乾燥防止に有用である。
- 入浴・シャワー後には必要に応じて保湿・保護を目的とする外用薬を塗布する。
- 患者ごとに使用感のよい保湿・保護を目的とする外用薬を選択する。
- 軽微な皮膚炎は保湿・保護を目的とする外用薬のみで改善することがある。

アトピー性皮膚炎のスキンケアの実際	
2. 外用薬による皮膚の保湿・保護	
保湿・保護を目的とする外用薬	
一般名	代表的な製品名
亜鉛華軟膏	白色ワセリン、プロベト
親水軟膏	
尿素含有製剤	ウレバル軟膏、ウレバルローション、ケラチナミン軟膏、バスタロン軟膏、バスタロン20軟膏、バスタロンソフトクリーム、バスタロン20ソフトクリーム、バスタロン10ローション
ヘパリン類似物質製剤	ヒルトイド、ヒルトイドソフト、ヒルトイドローション

日本アレルギー学会「アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2009」

### 3. その他

- 室内を清潔にし、適温・適湿を保つ。
- 新しい肌着は使用前に水洗いする。
- 洗剤はできれば界面活性剤の含有量の少ないものを使用し、十分にすすぐ。
- 爪を短く切り、なるべく搔かないようにする。  
(手袋や包帯による保護が有用なことがある) など

#### ○ポイント

- 皮膚の清潔は、毎日の入浴やシャワーにより、皮膚バリアーを壊さず、刺激を避けながら汚れを落とすことがポイントとなる。
- アトピー性皮膚炎の患者は皮膚角質の水分保持能が低いため、約15分後には入浴前の状態に戻ってしまう。入浴後はできるだけ早く、保湿・保護のための外用薬を用いる。

#### ○保湿剤の使い方や効果の説明

- 右図は、小児科領域における患者調査のデータである。
- 多くの患者は医師からスキンケアについて説明を受けているものの、具体的な保湿剤の使い方やその効果については十分な説明がなされていないといえる。
- これをカバーするためには、看護師の協力が不可欠である。
- また、患者が質問しやすい雰囲気と接することも大切である。

