

アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎は、強いかゆみのある湿疹で、慢性に経過して、良くなったり悪くなったりを繰り返す疾患です。湿疹のできやすい部位に特徴があります。乳児期には、頭、顔、胴体にできます。もう少し大きな子供で幼小児期には首やひじやひざの裏できやすい傾向にあります。大人では顔や胸などの上半身によくみられます。

治療の原則

1.薬物

a. 外用薬

ステロイド外用薬

ステロイドを含まない外用薬－尿素軟膏（パスタロンソフトなど）

抗ヒスタミン軟膏（レスタミン、オイラックスなど）ワセリンなど

b. 内服薬

抗ヒスタミン薬（ポララミン）

抗アレルギー薬（ザジデンなど）

漢方薬－体質改善と症状改善とを合わせて治療する

桂枝加黄耆湯、十全大補湯、消風散、温清飲、当帰飲子、黄連解毒湯、白虎加人参湯など多くの漢方薬があります。

2.日常生活の要点

- a. 食事－砂糖、乳製品、チョコレート、ファーストフード、海老、かに、アイスクリームは少なめに
- b. 汗－発汗は湿疹を悪化させますので、汗をかいたらまめにシャワーや入浴（ぬるい湯）
- c. 室内を清潔にし、よく掃除する。
- d. 髪－長い髪などで顔や首を刺激しないようにする。