



病態マスターコース

湿疹

皮膚炎・外傷・水虫

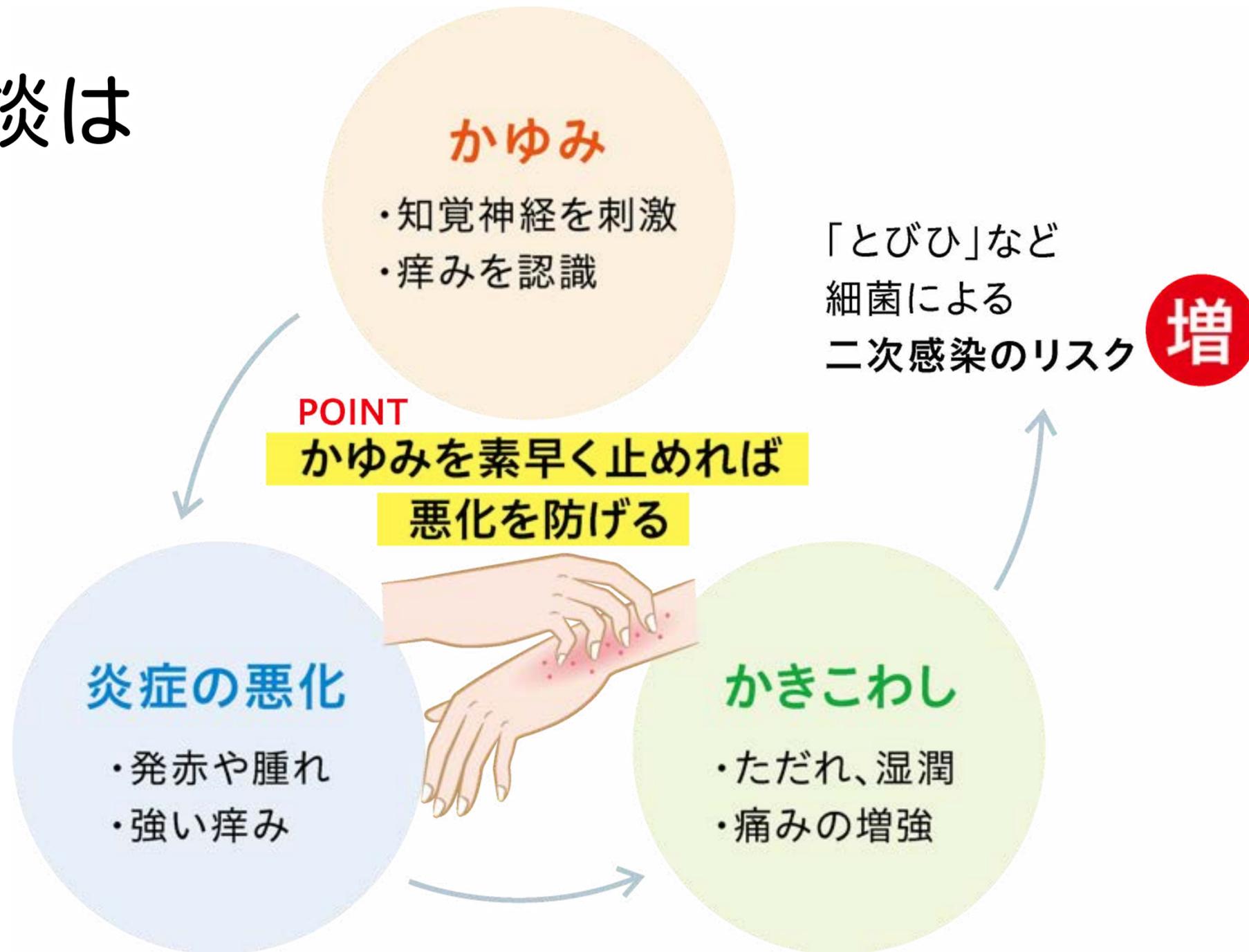


店頭で多い相談

もっとも多い相談は かゆみ



擦り傷などの外傷
かぶれ
汗疹
虫刺され
湿疹など
痒み



湿疹、皮膚炎のメカニズム

外からの刺激

化学的刺激、物理的刺激、アレルゲン

化学伝達物質
の放出

ヒスタミン、プロスタグランジンなど



炎症反応

毛細血管拡張

毛細血管
透過性の増加

痒み神経への
刺激

皮膚炎の症状

赤み

腫れ

痒み



虫刺され、湿疹、 蕁麻疹、かぶれ、 皮膚炎



虫刺され、湿疹、蕁麻疹、かぶれ、皮膚炎

成分の選択を間違うと
患部が悪化することもある。



ある程度の症状の切り分けをすることで
成分の選択や
適切なトリアージができる。



虫刺され

虫の毒成分
などに対する
アレルギー反応の
一つ



症状 刺された直後はほとんど自覚症状はなく、数時間後からピリピリとした**かゆみ**が出てきます。

原因 **毒蛾の毛虫に触れること**で起こります。

- 4週間ほどかゆみが続くことがあります。
- 庭や公園などの植物の近くに行った後にかゆみがでた場合、毒蛾皮膚炎を疑います。

写真提供：吉永小児科医院 院長 吉永 陽一郎 医師

- 小さなお子さんの場合は、虫刺されの掻き壊しから「とびひ」へと進行してしまうことも。
- 虫刺されの中でも最も痒みが強いといわれているのは、**毒蛾皮膚炎**。

湿疹、かぶれ

あせも疹

手湿疹
(主婦湿疹)

おむつかぶれ

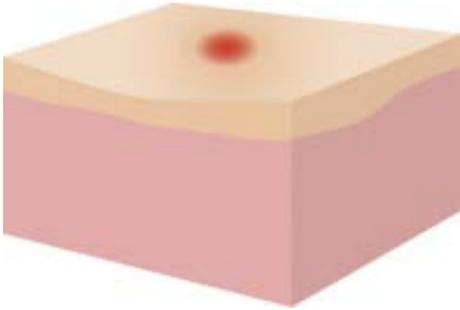
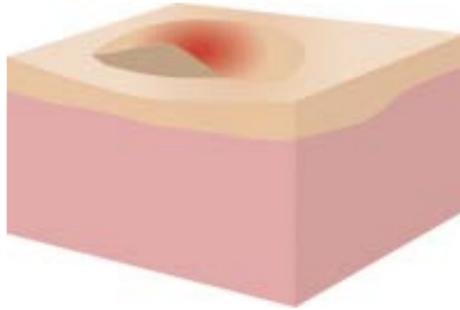
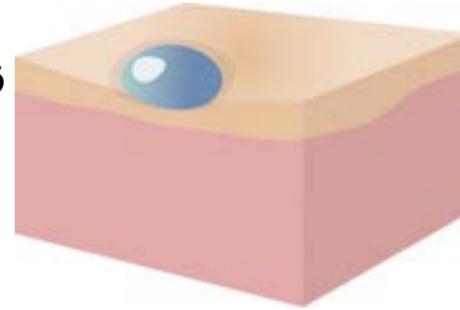
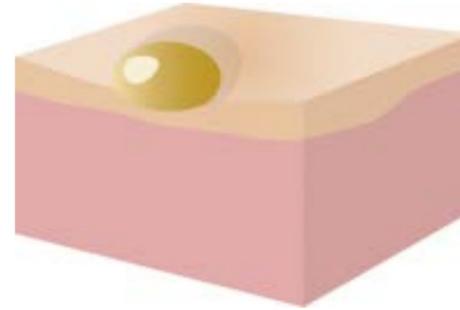
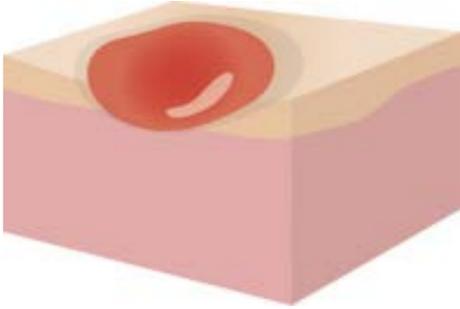
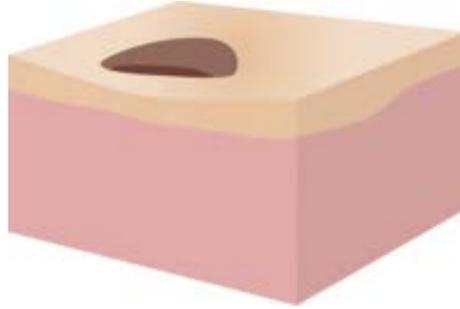
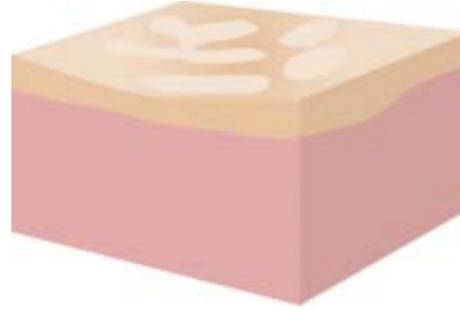
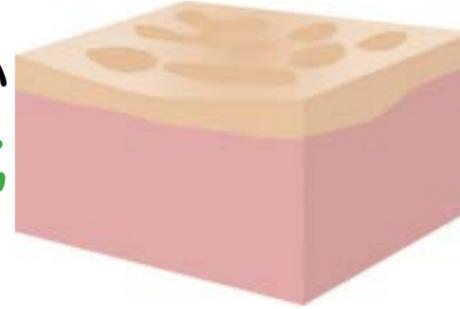
接触性皮膚炎

脂漏性湿疹

貨幣状湿



湿疹や皮膚炎の経過

<p>こうはん 紅斑</p>  <p>皮膚表面の色の変化だけがあり、盛りはない。</p>	<p>きゅうしん 丘疹</p>  <p>表面が半球状に盛上る。</p>	<p>しょうすいほう 小水疱</p>  <p>表皮の中に水分がたまっている。水ぶくれ。</p>	<p>のうほう 膿疱</p>  <p>表皮中の水疱が黄色く濁っている。</p>
<p>びらん</p>  <p>表皮がただれて赤くなり、欠けてしまう。これが更に悪化すると潰瘍となる。</p>	<p>かひ 痂皮</p>  <p>かさぶたの状態。血液や膿が固まっている。</p>	<p>らくせつ 落屑</p>  <p>角質層が剥がれ、白くフケのように浮き上がっている。触るとポロポロと落ちる。</p>	<p>たいせんか 苔癬化</p>  <p>皮膚が厚みを増し、硬くなって表皮がざらつく。</p>

その他の皮膚炎との見分けがつかない

外見は何ら異常が見えないのに強い痒みを訴えるケース

内科の疾患が要因となって起こる

特殊な皮膚疾患

接触性皮膚炎

化学物質・金属

- ・ 台所洗剤
 - ・ シャンプー
 - ・ ヘアカラー
 - ・ アクセサリー
- ▼体質による
- ・ 金属
 - ・ ゴム

植物

- ・ ウルシ
- ・ 長芋
- ・ スパイスなどの香辛料
- ・ キウイやマンゴーなどの果物



病気などで抵抗力が落ちている時は、
かぶれやすくなることも。

接触性皮膚炎



ラテックス手袋（ゴム）、段ボールなどにかぶれていると思われる事例です。



モーラステープ（ケトプロフェン）による
光アレルギー性接触皮膚炎

接触性皮膚炎



水虫薬による接触性皮膚炎。
ジュクジュクした患部に液体の水虫薬を
使用して薬剤にかぶれた事例。



熱さまシートによる接触性皮膚炎。
シートの形が赤く浮き上がっているのが
分かります。

ビダール苔癬

主に首の後ろなどに好発する
湿疹の一種

さまざまな外的な要因が考えられている。

1

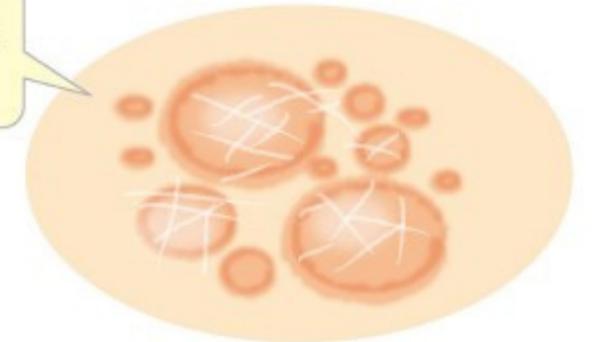
かゆみの強い
丘疹ができます。



2

掻くことで、次第に
くっつき合い、
盛り上がった紅斑になります。

表面は乾燥
している



掻破しなければ自然に治ります。

掻くことをやめることで
症状は改善に向かいます。



両足背部に生じた慢性湿疹

慢性湿疹はさほどジクジクしません。繰り返す
掻破のため皮野が顕著となり、盛り上がっています。

内因性湿疹

アトピー性皮膚炎など、アレルギーを起こしやすい体質や環境、または遺伝的な要素によって起こる皮膚疾患

小麦や牛乳など
食品アレルギーで起こる湿疹や、
ハウスダスト等に触れることで起こる痒み

- ☑ 原因物質（アレルゲン）を避ける
- ☑ 抗アレルギー薬の内服
- ☑ 医療機関を受診
- ☑ アトピー性皮膚炎は市販薬での適応がない



尋常性湿疹

- 接触性皮膚炎
- 脂漏性湿疹
- ビダール苔癬
- 皮脂欠乏性湿疹
- 内因性湿疹

これらを除く
湿疹

いわゆる「湿疹」と呼ばれるもの

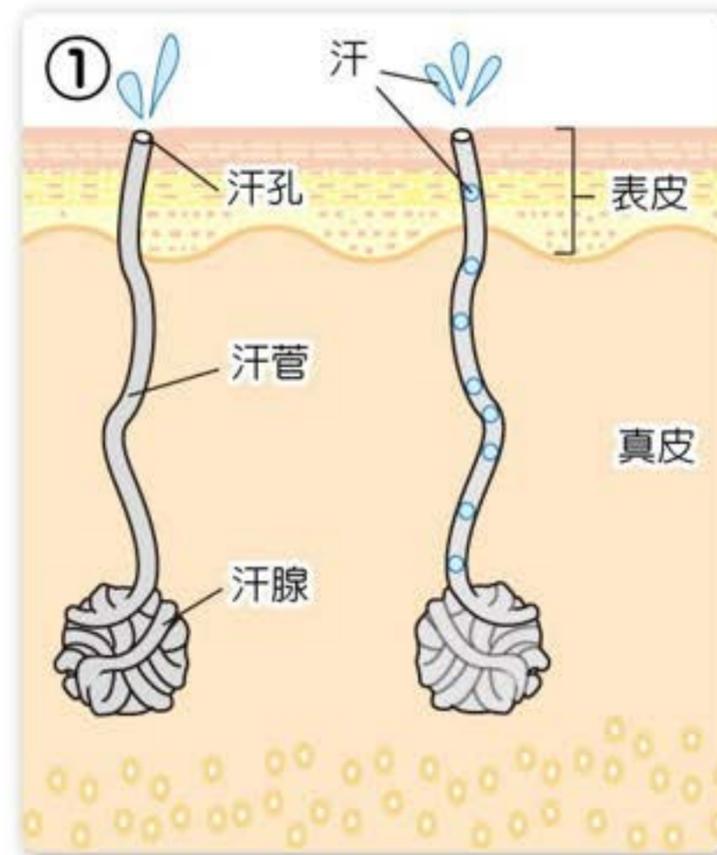
原因が不明なこともある



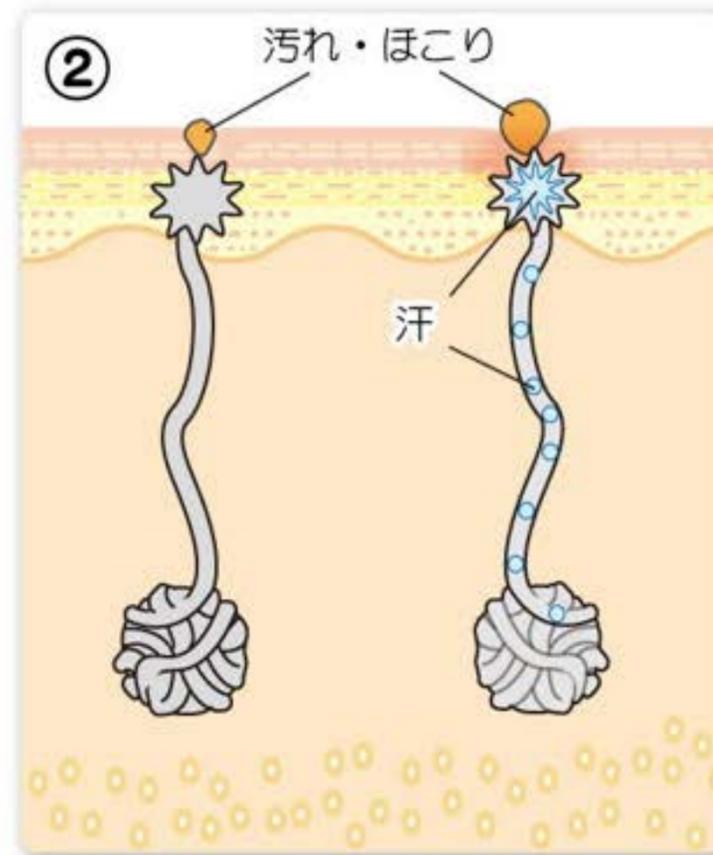
あせも（汗疹）

汗の正常な排出が妨げられることで起こる発疹

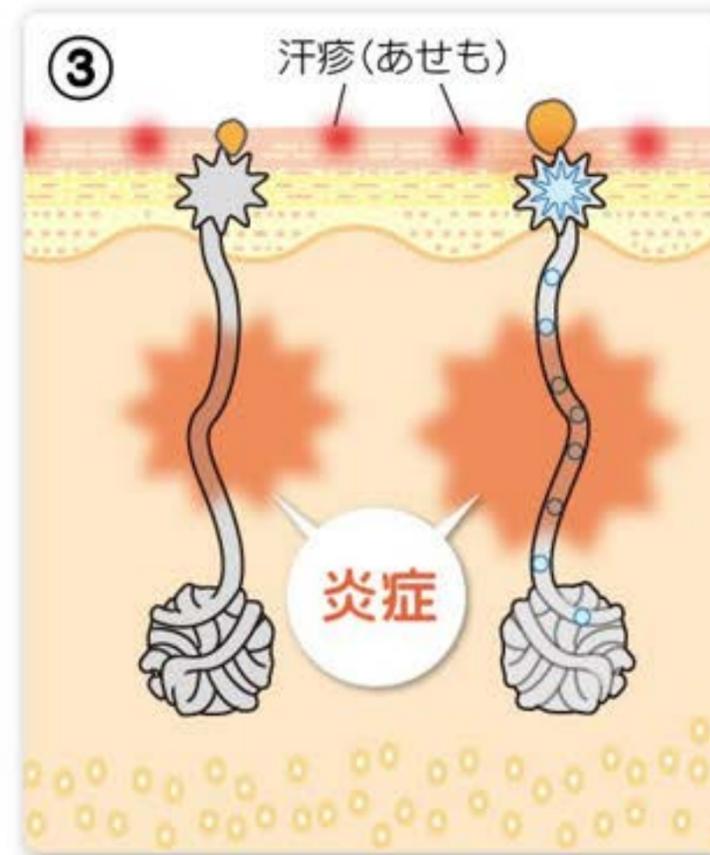
汗はすべて皮膚の外に分泌されることはなく、内部で詰まってしまふことがあります



汗腺→汗管→汗孔と通じて汗が出る



汗の出口が塞がり汗が溜まる



汗の通り道辺りで炎症を起こす

夏場などの高温多湿の環境下で起こりやすい



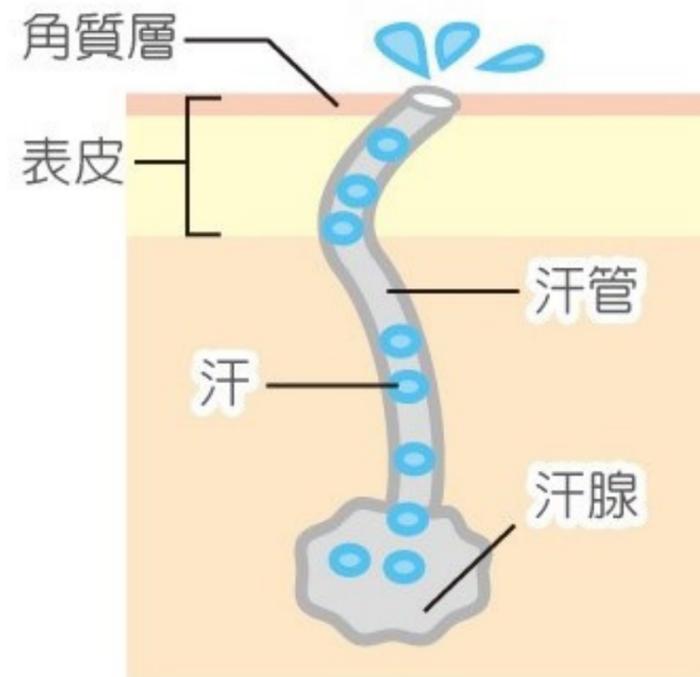
汗疹と間違われやすい汗疱（かんぽう）

手のひらや足の裏にできる汗疹

汗が間接的に影響を及ぼしていると考えられている

症状が軽い場合：特別な治療を施さなくてもおよそ2~3週間で治る

強い痒みや炎症がある場合：ステロイド外用薬や抗ヒスタミンの内服薬を用いる

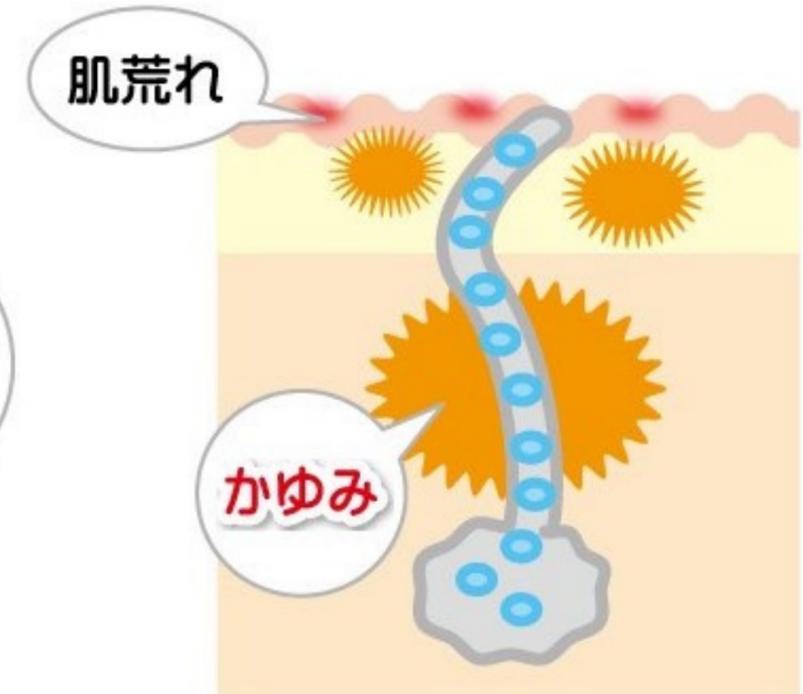


① 角質層には水分が溜まるので、汗が出すぎると角質層がふやけてしまいます。

汗は汗腺で作られ、汗管を通じて皮膚の表面に分泌されます。



② 汗の出口が水分過多でふやけて塞がったために汗が皮膚内に溜まります。



③ 出られない汗は、かゆみを起こし角質層を傷つけて肌荒れを起こします。

汗疱と手荒れの特徴

	汗 疱	手 荒 れ
発症部位	<ul style="list-style-type: none">● 指先、手のひら、手指側面、足の裏	<ul style="list-style-type: none">● 指、手のひら、手の甲
特徴	<ul style="list-style-type: none">● 小さな水泡ができる● 水泡が破れて皮がむける	<ul style="list-style-type: none">● ひび割れ、皮むけ、かさつき
原因	<ul style="list-style-type: none">● 原因不明 (ストレスや多汗によるものとも考えられる)	<ul style="list-style-type: none">● 水仕事● 薬剤や消毒液の使用● ストレスによるもの
季節	<ul style="list-style-type: none">● 夏季に多い	<ul style="list-style-type: none">● 一年を通じて見られる
症状	<ul style="list-style-type: none">● 通常はかゆみ無し (周囲に紅斑を伴う場合かゆみや痛みを伴う)	<ul style="list-style-type: none">● かゆみを伴う● 乾燥する
治療	<ul style="list-style-type: none">● 自然治癒● ステロイド薬によるケア	<ul style="list-style-type: none">● ハンドクリームでケア● 処方薬によるケア



手荒れというと洗剤が原因というイメージがありますが、汗疱である場合もあります。

汗疱は手足にできる汗疹(あせも)です。

手荒れとは少し症状や治療法が違ってきますので、上表で確認しておきましょう。

汗疱の症例写真

貨幣状湿疹

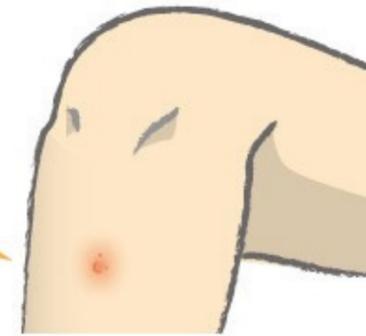
コインのような円形の形状にちなんで名付けられたもの



1

小さな丘疹ができ、かゆみと共に大きくなります。

円形の
湿疹



2

下肢(特にすね部分)に現れ、次第に腕や体幹に広がっていきます。



なぜ丸い湿疹ができる？

元々の乾燥肌を掻きむしることでびらんが生じて炎症が起き、周囲に拡大するようです。



乾燥肌

秋から冬にかけて空気が乾燥する時期に発症しやすい。



一般的にはステロイド外用薬での治療

写真提供・監修：おゆみ野皮膚科 院長 中村 健一

アトピー性皮膚炎の症状の一つとして、貨幣状湿疹が現れることもある。

皮脂欠乏性湿疹（乾皮症）

皮膚が乾燥して起こる湿疹で強いかゆみを伴います。

保湿剤によるケアで改善しない場合は、適切に医薬品を使用したり、皮膚科の受診を促す。

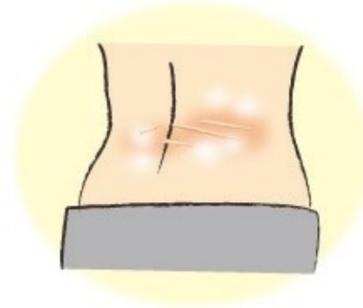
老人性乾皮症

高齢者の皮脂欠乏症

30代以降の比較的若い世代も発症する。

症状

- 粉を吹いた状態
- カサカサの肌
- 肌に亀裂が走る
- 掻きこわした後がある



原因

皮脂分泌の低下に伴う皮膚の乾燥が生じることが原因です。

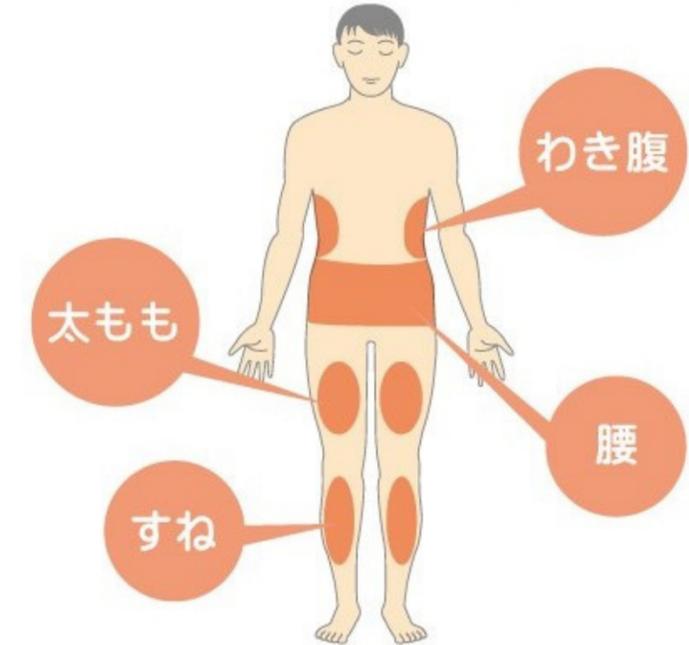
低下の理由

- 老化によるもの
- 湿度の低下
- 冬の乾燥時期 など



起こりやすい部位

すね、太もも、腰、わき腹などが挙げられます。



対策

まずは保湿が大事です。

とくに冬には、入浴後の保湿を心がけましょう。

保湿剤



肌のうるおいを保つ3つの要素

肌の表面には「表皮」があります。肌のうるおいを保つ3つの「保湿因子」は、表皮のいちばん上の層の「角層」にあります。

		補うための製品例
皮脂	皮脂腺から分泌される脂で、汗などと混じり合っています。皮膚の表面を覆う膜を「皮脂膜」といい、皮膚の水分の蒸発などを防ぎます。	プロペト、ベビーワセリンなど。
角質細胞間脂質	角質細胞と角質細胞のすき間を埋めるために作られる脂質で、「セラミド」などがこれにあたります。角質細胞同士をくっつけたり、水分を逃がさないようにします。	キュレル、ロコベース、アルージェ、ヒフミドなど。
天然保湿因子 (NMF)	ナチュラルモイスチャライジングファクター (NMF) ともいわれ、角質層にあるアミノ酸などを指し、角質の中で水分を保持する性質を持っています。	ミノン、NOV、アルージェ、キュレルなど。

肌のうるおいを保つ3つの要素

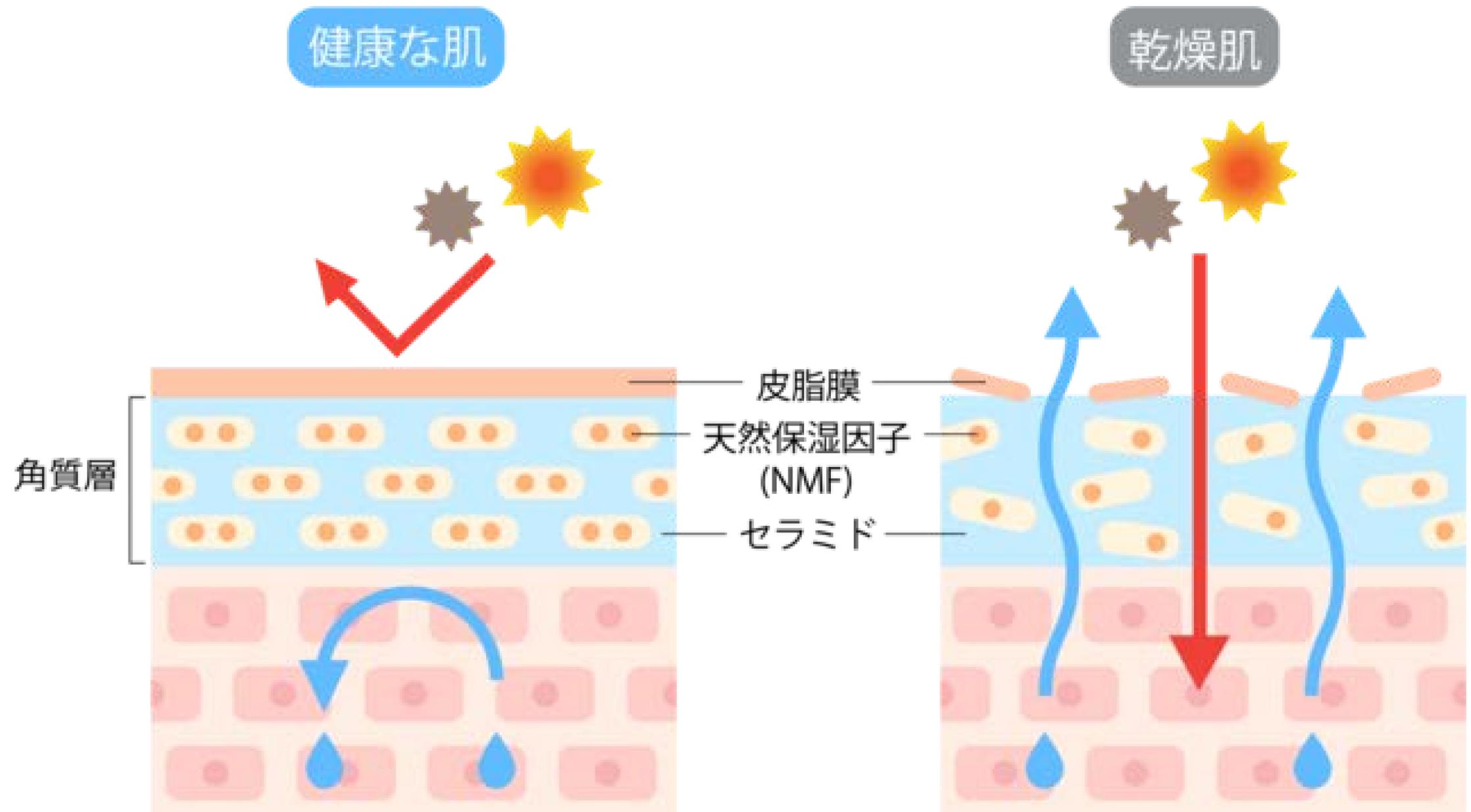
ヘパリン類似物質

- ✓ 高い保湿力
- ✓ 血行促進
- ✓ 抗炎症作用など

天然保湿因子の役割を補い、アミノ酸と水分の結合を助け、水分を保持する。

尿素

皮膚表面の硬くなった角質を溶かして、柔らかくする角質軟化作用が

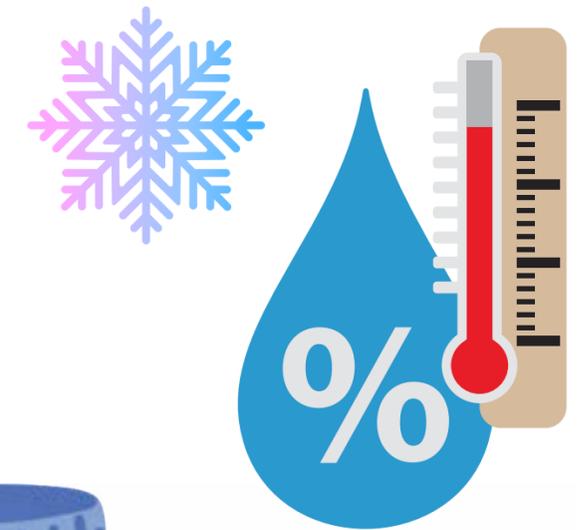


乾燥性敏感肌とは

気温や湿度といった
環境の変化

乾燥状態

外部からの刺激に対する
感受性が高くなっている肌



ケアせずに放置していると、
皮脂欠乏症に発展することも

スキンケアに使用する化粧品や保湿剤は
敏感肌用を使用するなど、
刺激を与えないことが重要



あかぎれ、ひび、しもやけ

ひび



秋から冬にかけて
気温や湿度が低下する時期

水仕事などをすると、脂肪膜が洗い流され、
手に付いた水と一緒に皮ふの水分も蒸発して、
肌のうるおいがさらに少なくなる。

指の背や手の甲などに
亀裂が入る

肌の乾燥が進み、
亀裂が深くなったもの

あかぎれ

しもやけ



秋から初冬、
または晩冬から初春にかけて
気温が3~5℃と低く、
かつ1日の寒暖差が
10℃以上と大きい時期

体の末梢部分が
赤紫色に腫れるもの

しもやけ

年齢別で見る凍瘡の発症傾向

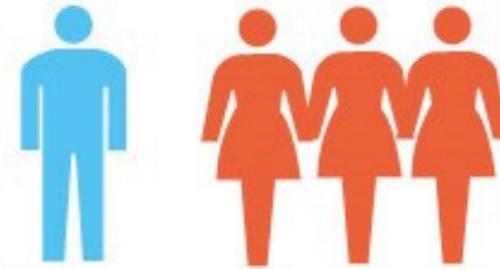
子ども

男女差なし。



成人

女性に多い。



高齢者

動脈硬化のある人に発症しやすい。



手足に生じた凍瘡

手足に左右対称に生じた例です。

凍瘡のできやすい場所



主に寒冷にさらされやすい手足や耳、頬です。足は靴で圧迫されているので、血行が悪くなる重症になりやすいです。



きつい靴は血行が悪くなりがちです。

じんましん



症状

皮膚に赤みがかかり、盛り上がりが生じます。強いかゆみを感じます。



蕁麻疹の種類

普通の蕁麻疹

普通に膨疹が生じるもの。

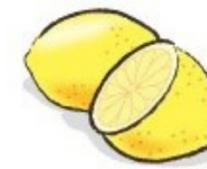


特殊な蕁麻疹

- 食物依存性運動誘発アナフィラキシー
- コリン性じんましん
- クインケ浮腫

口腔アレルギー

食物摂取後、15分以内に口腔内に症状が現れる。



写真提供・監修：おゆみ野皮膚科 院長 中村 健一

1ヶ月以内に治るもの **急性蕁麻疹**
1ヶ月以上続くもの **慢性蕁麻疹**



**全身に広がっている場合や、
痒みが強い場合などは受診勧奨**

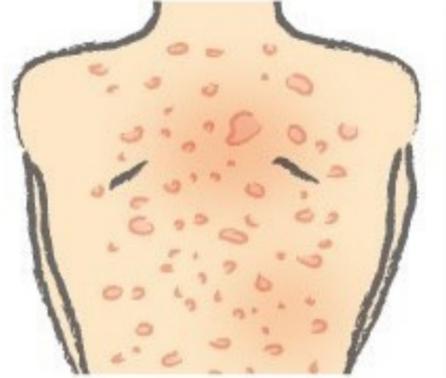
薬疹



播種状紅斑型薬疹の典型例
サワシリンによるものです。典型的な例です。

症状

ほぼ全身に、左右対称で
紅斑や発疹が現れます。
かゆみが伴う場合もあります。



ある薬を飲んでいて、全身にそして、広範囲に発疹が
起きたら、薬疹を疑ってみても良いでしょう。



写真提供・監修：おゆみ野皮膚科 院長 中村 健一



基本的に、受診勧奨

おむつかぶれ

医学的には
「おむつ皮膚炎」と呼ばれている。

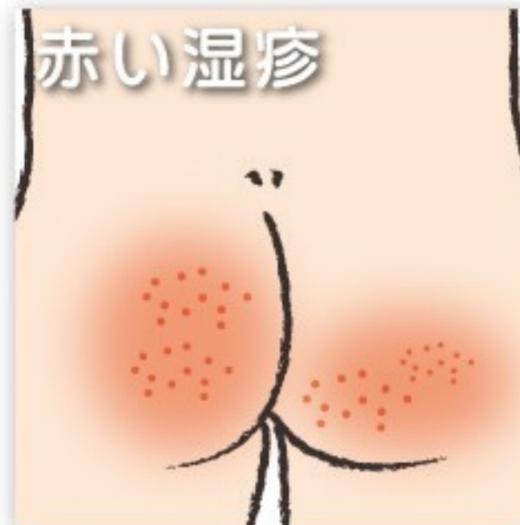


主に、排便回数の多い
新生時期～月齢の低い乳児に見られる。

赤ちゃんの肌は薄く、角層のバリア機能が未熟なため、
ちょっとした刺激にも反応しやすくなっている。



おむつかぶれ



- 尿は時間が経つにつれ分解が進み、**アンモニア**が発生します。その刺激で皮膚に炎症が起きます。
- 下痢の時の便は皮膚にとって刺激が強いので注意しましょう。

症状

- おしりやおむつが直接あたる部分に赤い湿疹ができます。
- 悪化すると皮むけや痛みも起こります。

原因

おむつを長時間交換しないと起こります。

- おむつをこまめに取り替えて清潔を保ちましょう。
- 下痢の時はシャワーで洗い流し、より清潔にします。

おむつかぶれと間違しやすい感染症

おむつかぶれ



皮膚カンジタ症



肛囲溶連菌性皮膚炎



皮膚カンジタ症



- カンジダ菌は健康な人の皮膚の表面の中にある**常在菌**で抵抗力が落ちたときに発症します。
- おむつの中はカンジダ菌が繁殖しやすくなっています。

症状

- ひじやひざの内側、おしりや股の部分に赤い湿疹ができます。
- シワやひだの奥まで湿疹ができます。

原因

カンジダ菌により皮膚に炎症が起きます。

- おむつかぶれの薬を使うと悪化する場合があります。
- 自己判断による薬の使用は避けましょう。

肛門溶連菌性皮膚炎

乳児から幼児、学童期、
大人も発症する

溶連菌や、白癬菌・カンジダ菌などの
カビ類がはびこった結果起こる。

- ☑ ステロイド外用薬を塗ると
かえって悪化する。
- ☑ 治療には抗菌薬の外用薬や、
内服薬も必要になることもあるため、
医療機関への受診を促す。



肛門溶連菌性皮膚炎による紅斑
肛門周囲に熱感のある鮮明な発赤が現れます。



細菌や真菌、
ウイルスによって
起こる皮膚炎



とびひ

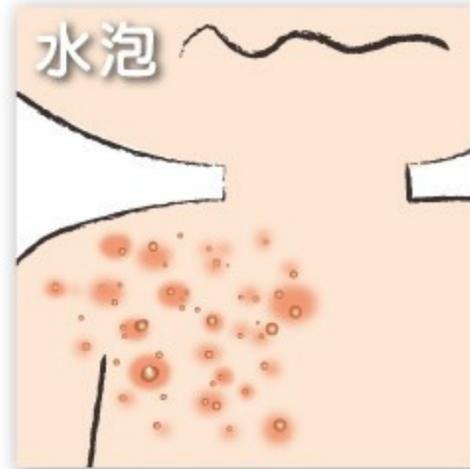
でんせんせい のうかしん

正式な病名：伝染性膿痂疹

販薬では抗生物質やサルファ剤の軟膏が用いられますが、

ブドウ球菌や**溶血性連鎖球菌**などの菌が原因

範囲が広い、症状が重い場合は受診勧奨



症状

1. かゆみを伴う水疱ができます。
2. 水疱が破れたあとは、赤くただれてかさぶたができます。

原因

細菌(黄色ブドウ球菌や連鎖球菌)の感染で起こります。

- 入浴は控えてシャワーに切り替えましょう。
- 他の人にも感染するので早めに受診しましょう。

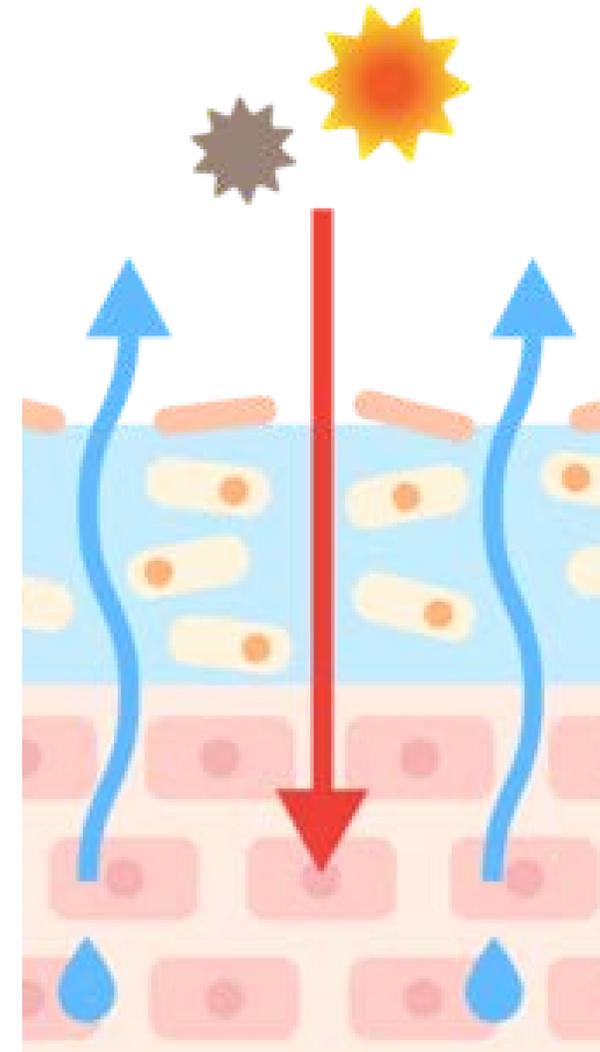
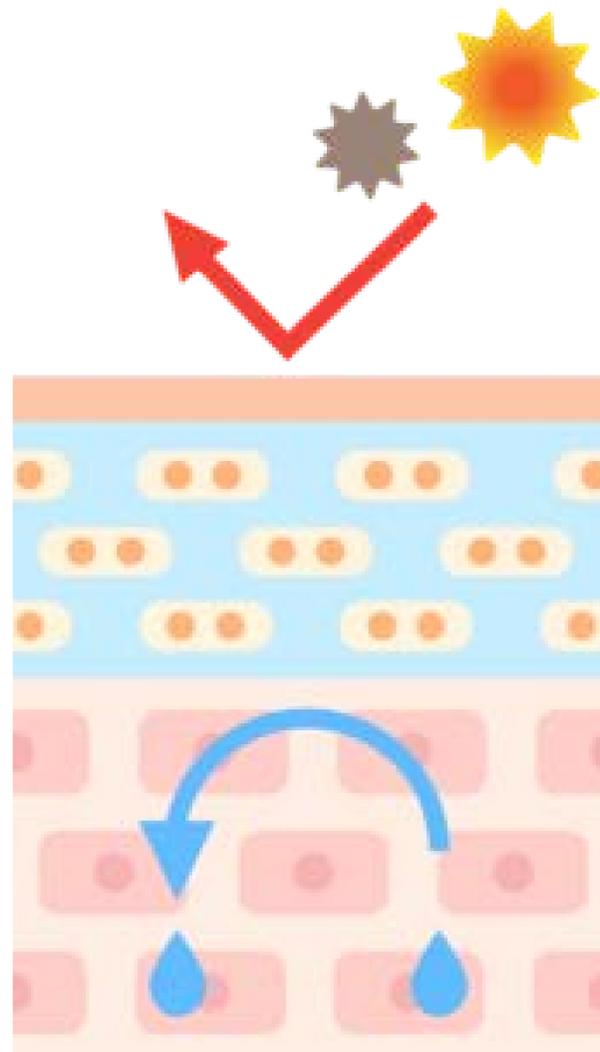
化膿とは

皮膚のバリア機能

正常

働いていない

皮脂膜により
細菌が繁殖
しにくくなっている



細菌が侵入し感染、
そこで細菌が増殖して
炎症が悪化

化膿

薬剤の使い分け

1

湿疹・皮膚炎の
かき壊しによる化膿

汗疹や虫刺されなどがベースにある



抗生物質＋
ステロイド配合の薬を使う
(フルコートF、ベトネベートなど)

2

外傷から
細菌感染しておこる化膿

すり傷や火傷などの外傷がベースにある



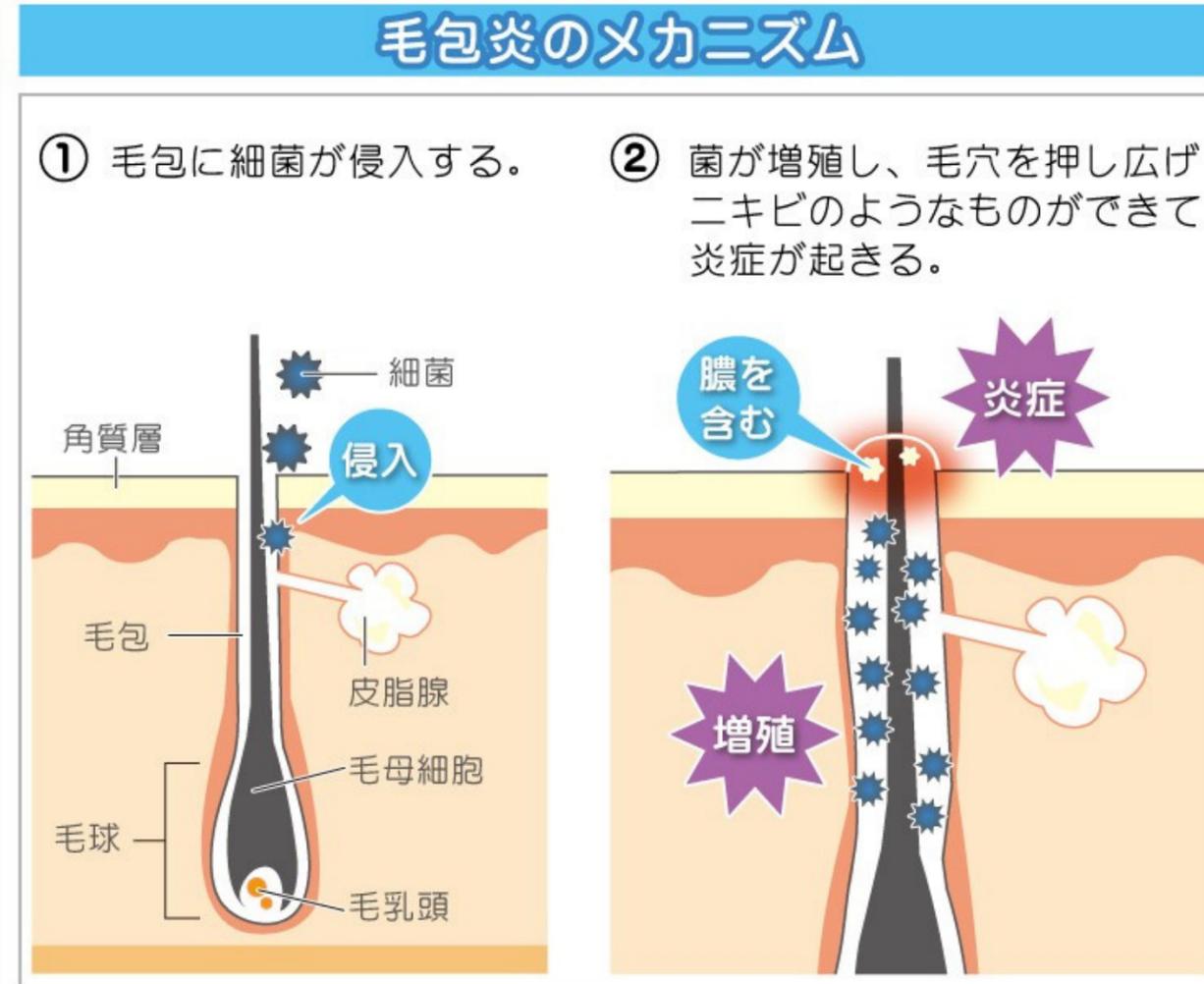
抗生物質や
サルファ剤を使う
(ドルマイシン軟膏、
テラマイシン軟膏など)



毛包炎

原因

毛包部にできた小さなキズから
黄色ブドウ球菌などの細菌が感染。
マラセチア菌が毛包内で増殖して
炎症を引き起こす場合もある。（マラセチア毛包炎）



毛包炎



デコルテや背中などにできる
赤ニキビはマラセチア毛包炎
だと言われている

ステロイド外用薬の
使用により
悪化することがある

範囲が広い場合には
皮膚科への受診を促す

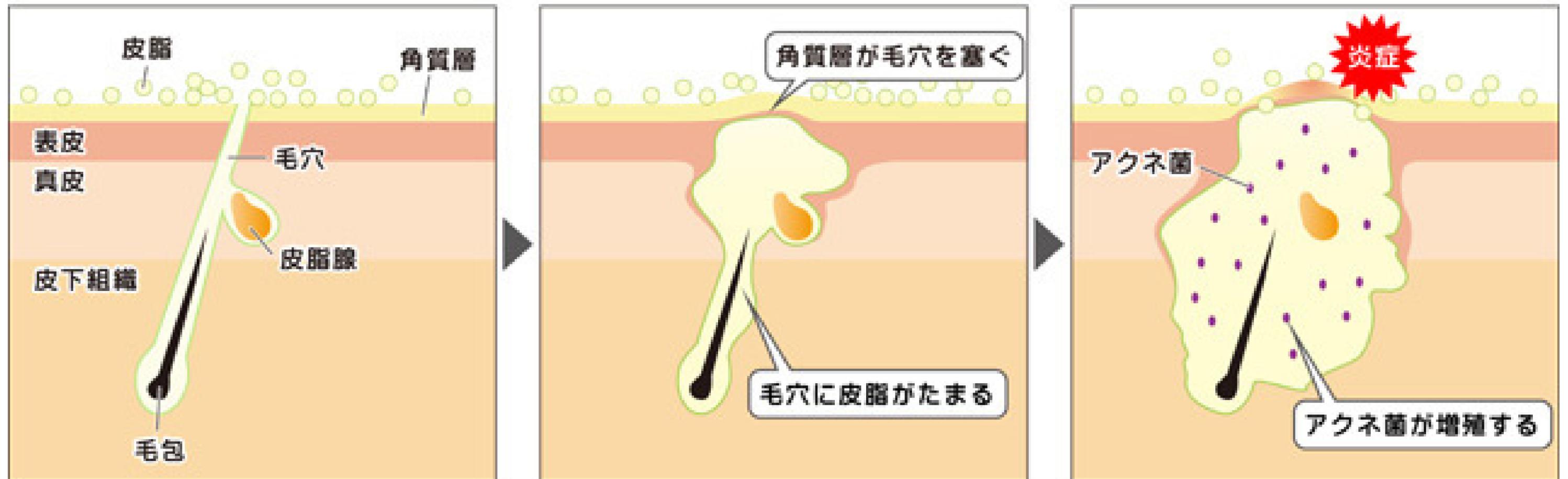


ニキビ

じんじょうせいざそう

ニキビ = 尋常性ざ瘡

主に顔に発症し、毛包に付着している皮脂腺から排出された
皮脂が毛穴の中に溜まって引き起こされる肌トラブル



炎症には、皮脂を好む**アクネ菌**が関与している

ニキビ

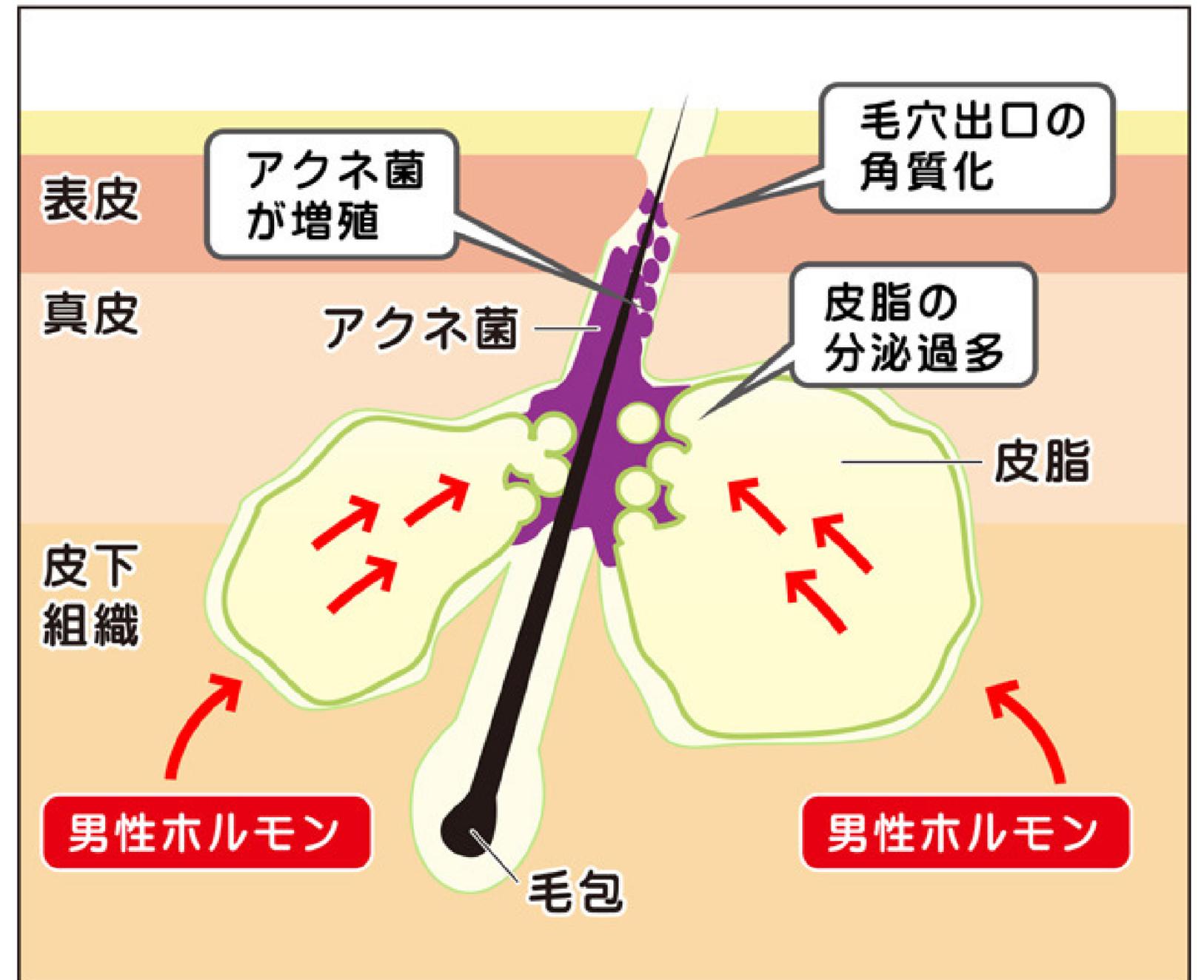
年齢によって原因などが異なる

中高生

思春期に増加する男性ホルモン「**アンドロゲン**」には皮脂の分泌を高める性質がある

大人

肌のターンオーバーが正常に機能しなくなることで、吹き出物などが生じることがある



癬風（でんぷう）

癬風菌（マラセチア菌）という皮膚に元々常在しているカビが原因で起こる皮膚病。ステロイド外用薬の使用で悪化することがあり、皮膚科で抗真菌薬などを用いて治療する。



発症傾向

- 子供からお年寄りまで。
- 20～40代に多い。
- 男性にやや多く見られる。

好発部位

- 背部
- 胸部
- 頸部
- 上腕
- 腋窩など。



症状

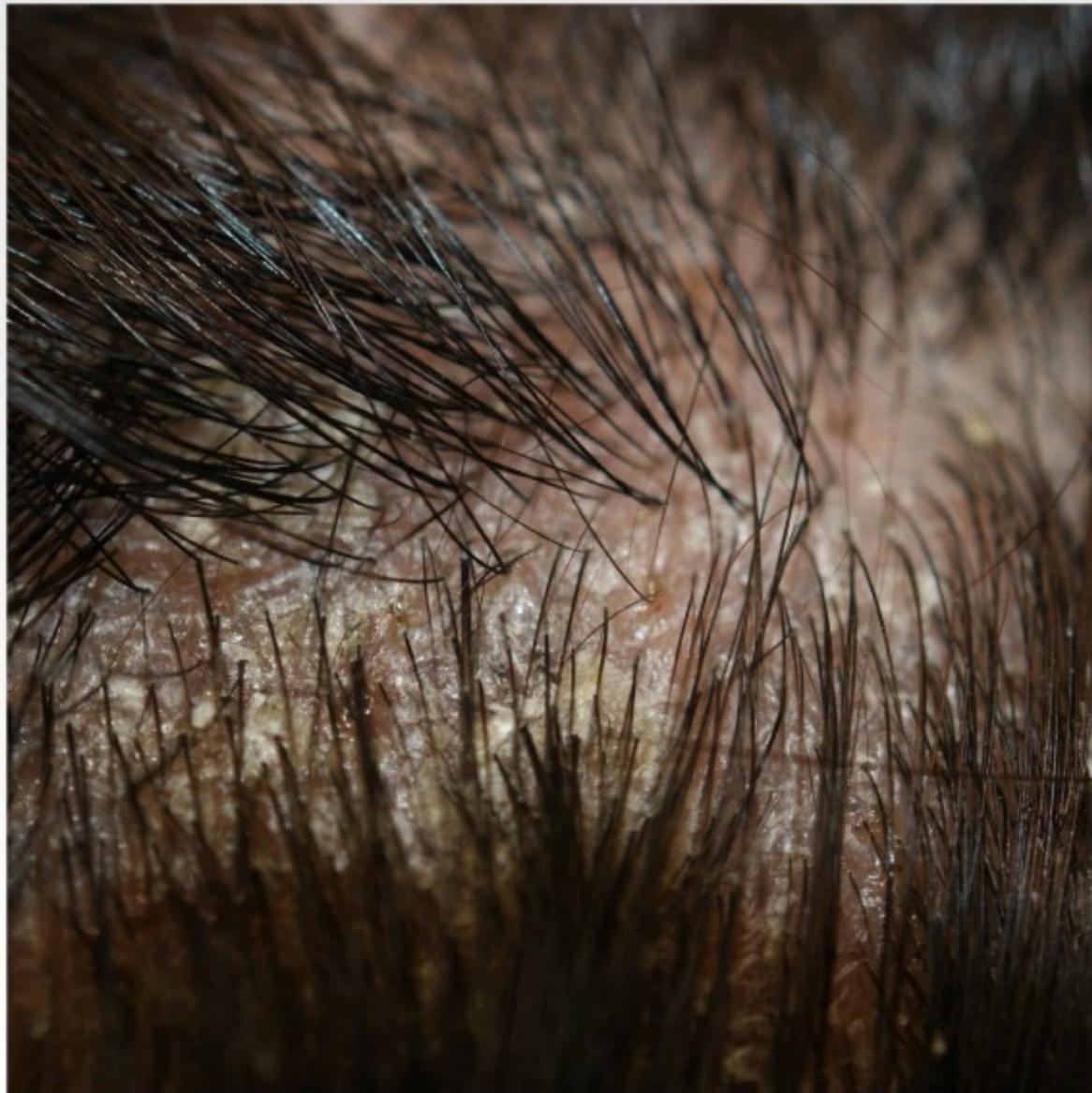
鱗屑（皮膚表面からはがれかけている角質）が現れ、円形または楕円形の**淡褐色斑（黒色癬風）**か**脱色素斑（白色癬風）**が見られます。



脂漏性湿疹

皮脂の分泌過多によって起こる湿疹。

皮膚の常在菌でもある**マラセチア菌**（カビ）の一種が脂漏性皮膚炎の発症に関わっているといわれている。



乳児期に多く、思春期以降の成人でも発症しやすいです。

乳児期

- ひたいから頭にかけての部位に多い。
- 乳児の時期を過ぎるとほぼ治る。

頭

ひたい



成人

- 眉周囲、鼻翼部分、口の周囲に症状が出る。
- 完治しにくく慢性化しやすい。

眉周囲

鼻翼

口周囲



- 左右対称に症状が現れる特徴があります。
- 汗や摩擦の多い部分に症状が出やすいです。

水虫

白癬菌という真菌が皮膚の角質層に感染、寄生することによって生じる感染性の皮膚疾患

医学用語では**真菌**と言い、真菌によって起きる皮膚病を**皮膚真菌症**という。

皮膚の角質層に寄生する真菌は**皮膚糸状菌**。

↓
代表的なものが
白癬菌



足水虫（足白癬）

水虫の患者さんの7割は足水虫だと言われており、
いくつかのタイプがある。

趾間型水虫



指の間

特に、密着しやすい
薬指と小指の間

皮膚がふやけて皮が剥ける。痒みを伴い、赤くただれて痛みが出ることもある。また、強い臭いを発生させるのも特徴。
※患部を不衛生にしていると二次感染を起こすこともある。
※冬場の発症は少なく、梅雨や夏場の湿度の高い時期によく見られる。

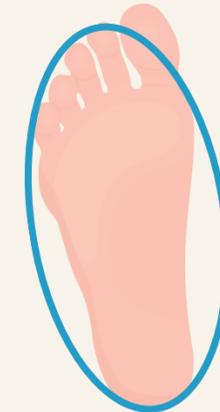
小水疱型水虫



足の側面や 土踏まず

赤みを帯びた小さな水疱ができる。強い痒みを伴い、掻きむしって水疱が破裂すると患部が化膿したり、強い痛みが出ることもある。
※冬場の発症は少なく、梅雨や夏場の湿度の高い時期によく見られるタイプ。

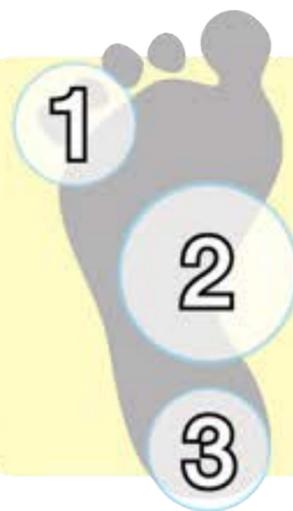
角質増殖型水虫



かかとなど 足の裏全体

かかとや足の裏全体の角質が厚くなり、皮膚が剥がれ落ちやすくなる。痒みなどの自覚症状はほとんどない。慢性化しやすく、治りが遅い。
※高齢の男性に多く見られ、一年を通して発症。空気が乾燥する冬場に悪化することもある。

足水虫（足白癬）



趾間型(1)と小水疱(2)に同時にかかることもありますが、
角質増殖型(3)と小水疱(2)が
同時にみられることはありません。



水虫かどうか分からない時は受診勧奨

水虫に似た湿疹やかぶれに水虫薬を使用したり、

水虫にステロイド成分などを使用した場合、症状が悪化する。

受診勧奨



水虫



水虫の診断には
顕微鏡検査が
必要です。



水虫ではない



爪水虫（爪白癬）

足や手の爪に発症する水虫

- ☑ 高齢の方々によく見られるが、若い人でも罹ることがある。
- ☑ 現在、市販の水虫薬はない。
- ☑ 内服薬の投与も必要なため、受診勧奨。



その他の水虫

<h2>手</h2>	<p>名称：手白癬</p> <ul style="list-style-type: none">●通常、手だけに発症することは少なく、足や股部の水虫を手で掻いているうちに感染してしまうことが多いようです。
<h2>頭</h2>	<p>名称：頭部白癬（しらくも）</p> <ul style="list-style-type: none">●頭部（地肌）に発症。激しい痒みがあるのが特徴で、地肌に白いかさぶたのようなものができることから「しらくも」と呼ばれてます。 <p>フケのようなものがポロポロと落ちることがあり、頭皮湿疹と間違われることもあり、注意が必要です。</p>
<h2>股部</h2>	<p>名称：股部白癬（いんきんたむし）</p> <ul style="list-style-type: none">●股部や陰囊（いんのう）の付け根付近、お尻などに感染・寄生したもの。患者のほとんどが男性です。●陰囊は「いんきんたむし」にならないと言われています。 <p>通常、陰囊（いんのう）に痒みやただれがある場合は、陰囊湿疹であることが多く、水虫薬を塗ると湿疹が悪化することがありますので、注意が必要です。</p>
<h2>体部</h2>	<p>名称：体部白癬（ぜにたむし）</p> <ul style="list-style-type: none">●背中、腹部など比較的広い部分に発症し、リング状の皮疹が浮き上がるのが特徴です。顔や胸、首などに発症するケースもあります。 <p>乳幼児から高齢者まで、さまざまな年齢層の患者がいます。</p>

頭部白癬（しらくも）

進行度

- ☑ 特に初期の頃は、脂漏性湿疹や頭皮湿疹と症状が似ている。
- ☑ 白いかさぶたのようなものができ、フケとなって落ちる。
- ☑ 進行すると徐々に髪の毛が抜ける。



単純ヘルペス

単純ヘルペス ウイルス

1型 唇、顔面などの上半身に発症する

2型 性器を中心とする下半身に主に発症する



唇周辺の水泡



- 乳幼児で初めて発症すると重症になる場合もあります。
- アトピー性皮膚炎の患者は、より重症の**カポジ水痘様発疹**になることもあります。

症状 唇の周辺や口内に、痛みを伴う小さな水泡が複数できます。
(放置しておくと症状が悪化します。)

原因 **単純ヘルペスウイルスの感染**によります。

症状の悪化を防ぐために水泡に触らないようにします。
水泡が集中してできているときはすぐ受診しましょう。

带状疱疹

水ぼうそうと同じウイルスで 起こる皮膚の病気

体の左右どちらかの神経に沿って、
痛みを伴う赤い発疹と水ぶくれが多数集まって
帯状に生じるのが特徴



带状疱疹の典型例

典型例です。このように帯状となります。
周囲に紅量を伴う水疱、血痂皮の集積です。

症状

皮膚にチクチクしたような痛みが起こり、次に赤い発疹が
できて、**小さな水ぶくれ(水疱)が帯状に広がります。**

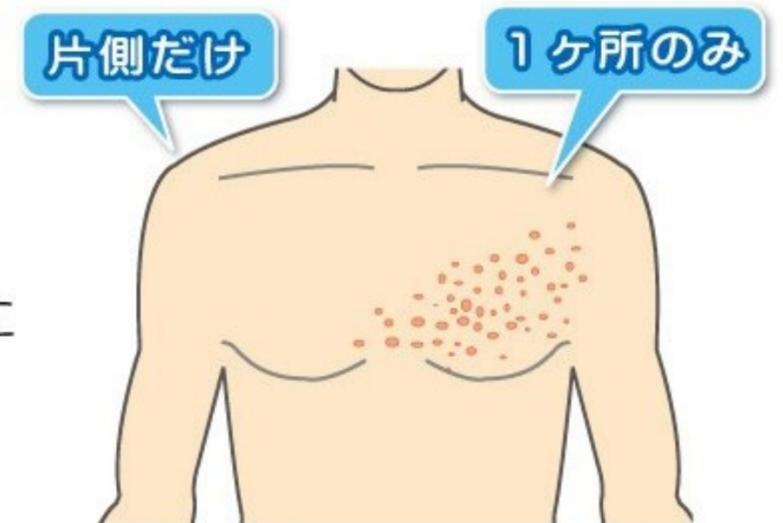


好発部位

- 胸部
- 腹部
- 背部

特徴

- 1度に2か所以上の場所に現れることはない。
- 症状が現れるのは体の左右どちらかだけ。





外傷



店頭で相談が多い外傷

すり傷

切り傷

火傷

その他

刺し傷、動物に噛まれた傷など比較的重い事例の接客や、
怪我直後の応急処置のご相談

消毒をしたほうがいい？
何を貼ったらいい？

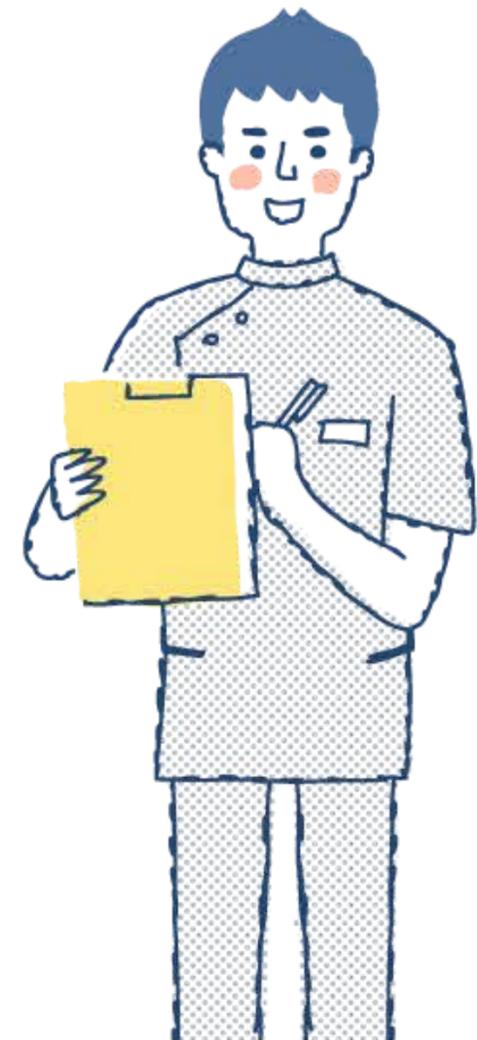
早く治したい

傷痕を消したい



医療機関を受診した方がいいケース

- ✓ ガラスや木の枝などで切った切り傷（傷口に破片が残っている可能性）。
- ✓ 外傷の範囲が広い（すり傷、火傷など）。
- ✓ 農作業中の怪我（切り傷、すり傷など）。
- ✓ 動物に咬まれた傷。
- ✓ 刺し傷（釘、木の枝など）や深い切り傷。
出血が止らない傷など。
- ✓ **糖尿病**と診断されている人。



モイストヒーリング（湿潤療法）

体が本来持っている自己治癒力を最大限に活かし、
痛みを取りながら、
早く、きれいに傷を治す治療法

⚠ 傷の状態によっては湿潤療法が行えないこともある。

従来

傷を消毒し、
ガーゼを当てて乾燥させる

湿潤療法

傷を水道水等で良く洗った後に
被覆材で覆い、乾燥させずに治療を行う



湿潤療法のメリット

痛みが
和らぐ

傷の治りが
速い

傷痕が
残りにくく、
きれいに治る



傷が空気に触れないようにすることで、
痛みが軽減され、浸出液を保つことで傷の治りを助けます。

家庭での湿潤療法が向いているケース

軽いすり傷、
軽い切り傷

Ⅰ度、
浅達性Ⅱ度の
軽い火傷

あかぎれ、
くつずれ、
さかむけ



一般的に、怪我をした直後

(目安は24時間以内) に適していると言われてています。

家庭での湿潤療法が適していないケース

- ✓ 受傷後数日が経過している傷やかさぶたになっている傷、広範囲の傷。
- ✓ 傷口を数分押さえても出血が止まらない。
- ✓ 流水で洗っても、傷口に砂などの異物が残っている。
- ✓ 膿がたまっている、ジュクジュクしているなど化膿の症状が見られる傷。
- ✓ 虫刺されや動物に咬まれた傷。
- ✓ 刺し傷、皮膚がえぐれているような傷など。
- ✓ 患部が体毛の濃い部位である。
- ✓ **糖尿病**などの基礎疾患がある人や、**抗血栓薬**などを服用中の人。
- ✓ テープ剤などに皮膚がかぶれやすい人。



火傷は3段階に分類される

基本的に、市販薬で対応できるのは、

Ⅰ度・浅達性Ⅱ度の火傷

乳幼児や高齢者のやけどは、軽い火傷であっても
受診していただくようお願いする。



写真提供・監修：おゆみ野皮膚科 院長 中村 健一



写真提供・監修：おゆみ野皮膚科 院長 中村 健一



写真提供・監修：おゆみ野皮膚科 院長 中村 健一

浅達性Ⅱ度

深達性Ⅱ度

Ⅲ度

ウオノメ・イボ・タコ

イボ

ヒトパピローマウイルスに感染してできる

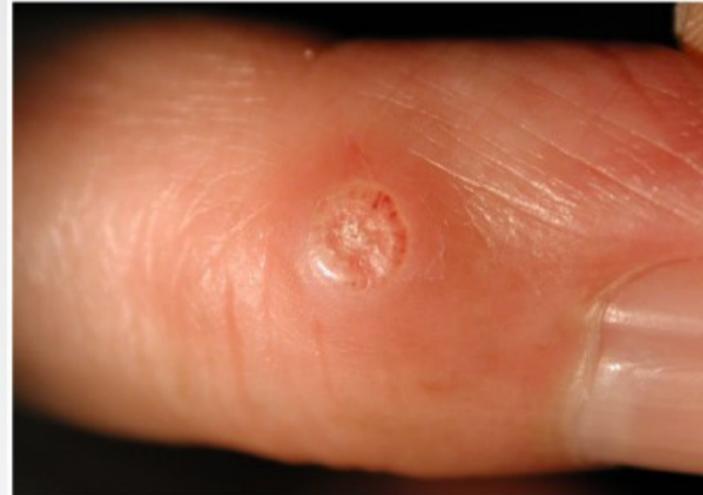
タコ

- ・外部からの物理的な刺激によって起こる
- ・ほとんど痛みはない

ウオノメ

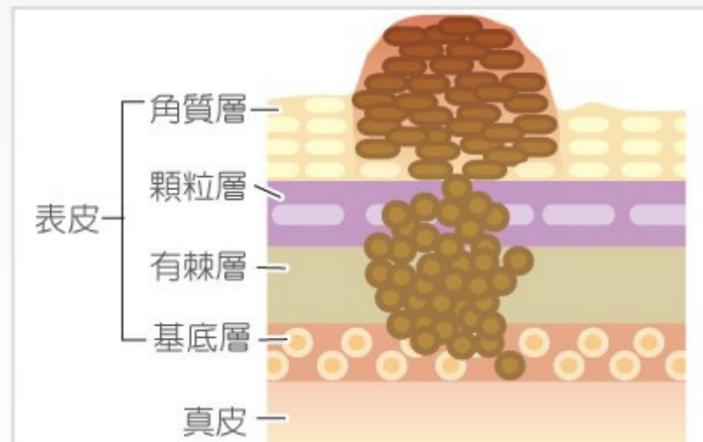
- ・外部からの物理的な刺激によって起こる
- ・強い痛みが出ることも。
- ・放置すると大きくなる。
- ・圧痛を和らげてくれるパットがついた絆創膏がお勧め。

イボ



症状

傷のある皮膚にウィルスが入り表皮角細胞に入り込み増殖する。

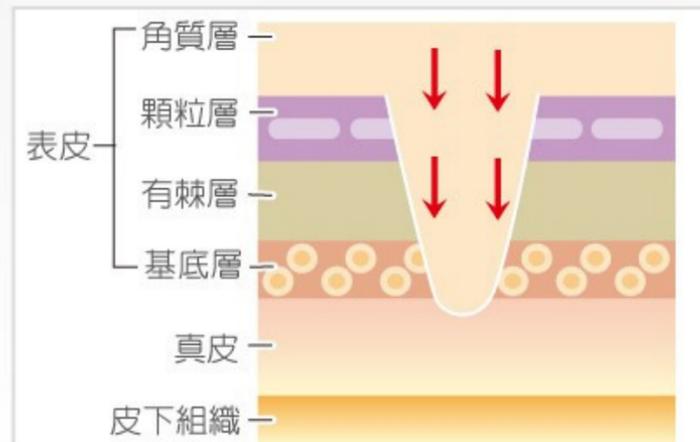


ウオノメ



症状

足裏の角質が硬くなり、皮膚の奥深くに食い込み、しこりが出来て角質の芯がある状態。

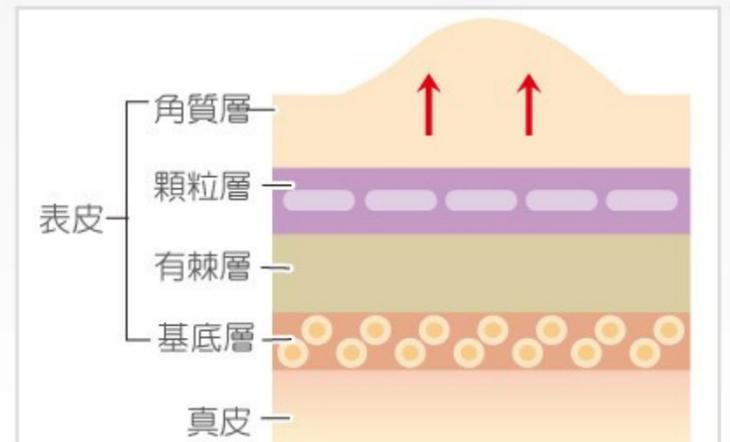


タコ



症状

足の裏の皮膚が角質化し盛り上がった状態。





皮膚外用薬に 配合される主な成分



ステロイド性抗炎症成分

正しく使えば非常に有益な成分

1日に1~2回、5日ほど使用しても効果が得られない場合は受診を。

<p>strongest (最強)</p>	<p>プロピオン酸クロベタゾール ・デルモベート (グラクソ・スミスクライン)</p> <p>酢酸ジフロラゾン ・ダイアコート (ファイザー)</p>	<p>ジフロラゾン酢酸エステル ・ジフラル (アステラス製薬)</p>
<p>very strong (非常に強い)</p>	<p>ジフルプレドナート ・マイザー (田辺三菱製薬)</p> <p>ジプロピオン酸ベタメタゾン ・リンデロン-DP (塩野義製薬)</p> <p>吉草酸ジフルコルトロン ・テクスメテン (佐藤製薬) ・ネリゾナ (バイエル薬品)</p>	<p>フルオシノニド ・トプシム (田辺三菱製薬)</p> <p>フランカルボン酸モメタゾン ・フルメタ (塩野義製薬)</p> <p>酪酸プロピオン酸ベタメタゾン ・アンテベート (鳥居薬品)</p>

ステロイド性抗炎症成分

※赤字の商品名は市販薬

<p>strong (強い)</p>	<p>ベタメタゾン吉草酸エステル ・ ベトネベート (第一三共ヘルスケア) ・ リンデロンVs (塩野義製薬) 吉草酸デキサメタゾン ・ ボアラ (マルホ)</p>	<p>フルオシノロンアセトニド ・ フルコートF (田辺三菱製薬) 吉草酸酢酸プレドニゾン ・ リドメックス (興和)</p>
<p>mididium (やや強い)</p>	<p>プレドニゾン吉草酸エステル酢酸エステル 【アンテドラッグ】 ・ ムヒアルファEX (池田模範堂) ・ プレバリンα軟膏 (ゼリア新薬) ・ メンソレータムメディクイック (ロート製薬) ・ オイラックスPZ軟膏 (第一三共ヘルスケア) ・ アレルギールSK (第一三共ヘルスケア) ・ リビメックスコーワ (興和) ・ コートfAT (田辺三菱製薬)</p>	<p>ヒドロコルチゾン酪酸エステル ・ セロナ軟膏 (佐藤製薬) ・ ロコイダン軟膏 (クラシエ)</p>

ステロイド性抗炎症成分

※赤字の商品名は市販薬

week
(弱い)

ヒドロコルチゾン酢酸エステル

- ・ **ドルマイコーチ軟膏** (ゼリア新薬)

デキサメタゾン酢酸エステル

- ・ **ムヒアルファSII** (池田模範堂)
- ・ **液体ムヒSa** (池田模範堂)
- ・ **タクトプラスクリーム** (佐藤製薬)
- ・ **オイラックスDX軟膏** (第一三共ヘルスケア)
- ・ **ウナコーワクールα** (興和)

ヒドロコルチゾン

- ・ **テラ・コートリル軟膏α** (ジョンソン・エンド・ジョンソン)

プレドニゾン

- ・ **コートfMD** (田辺三菱製薬)

プレドニゾン酢酸エステル

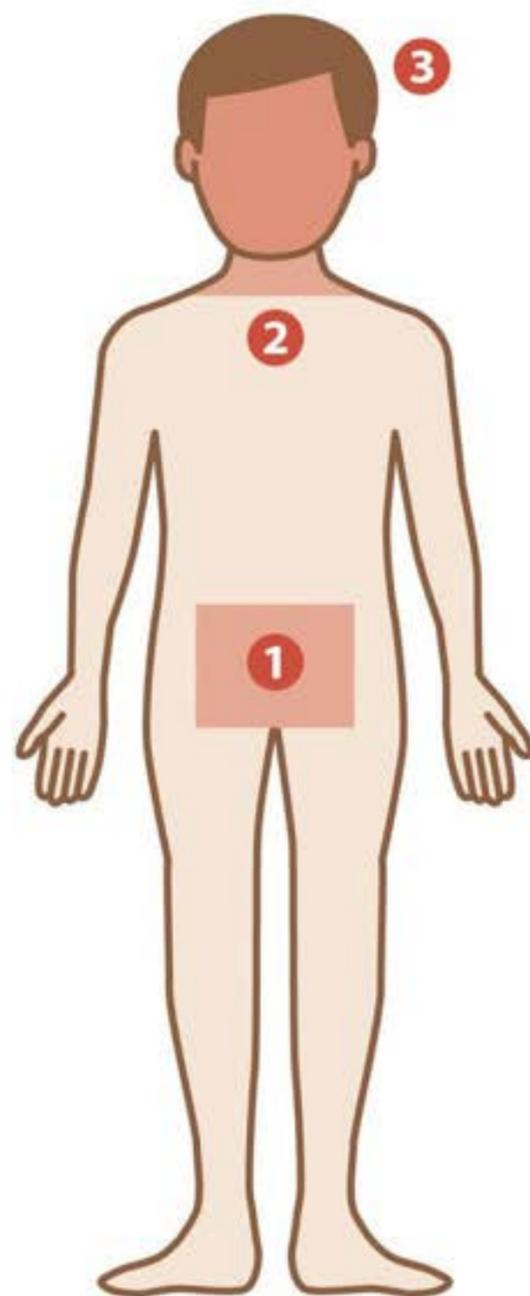
- ・ **アレルギーールクリーム** (第一三共ヘルスケア)

ステロイド以外の成分

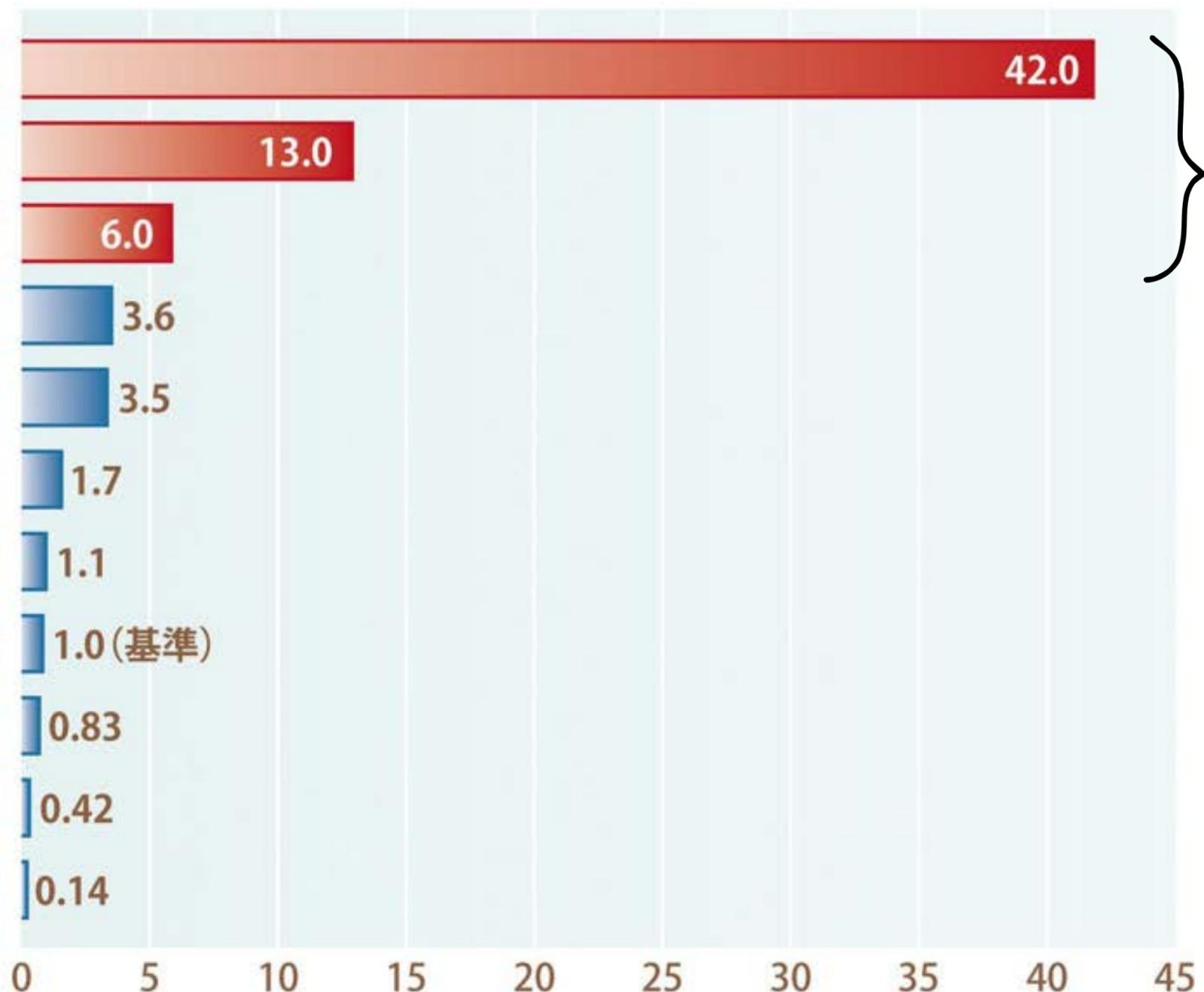
痒みを抑える	抗ヒスタミン成分	ジフェンヒドラミン塩酸塩、クロルフェニラミンマレイン酸塩など
	局所麻酔成分	リドカイン、ジブカイン塩酸塩、アミノ安息香酸エチルなど
	局所刺激成分	クロタミトン、dl-カンフル、l-メントールなど
炎症を抑える	非ステロイド性抗炎症成分	ウフェナマート、グリチルレチン酸、紫雲膏など
掻き壊しなどによる二次感染の防止	殺菌成分	イソプロピルメチルフェノール、クロルヘキシジングルコン酸塩、ベンゼトニウム塩化物、アクリノールなど
	抗菌成分	フラジオマイシン硫酸塩、パシトラシン、オキシテトラサイクリン塩酸塩、ポリミキシンB硫酸塩、クロラムフェニコール、コリスチン硫酸塩、ナイスタチン（抗真菌成分）など
水虫	抗真菌成分	塩酸ブテナフィン、塩酸テルビナフィン、ラコナゾール、塩酸アモロルフィンなど
傷ついた皮膚の修復や保護	組織修復成分	アラントイン、酸化亜鉛など
	保湿成分	尿素、ヘパリン類似物質など
	血行促進成分	トコフェロール酢酸エステルなど

ステロイドの部位による使い分け

同じ成分を使用しても、使用する部位によって吸収される薬剤の浸透が違う



- ① 陰囊
- ② 頬・顎
- ③ 前頭
- 腋窩
- 頭皮
- 背面
- 前腕(外側)
- 前腕(内側)
- 手掌
- 足首
- 足底



特に
慎重に使用

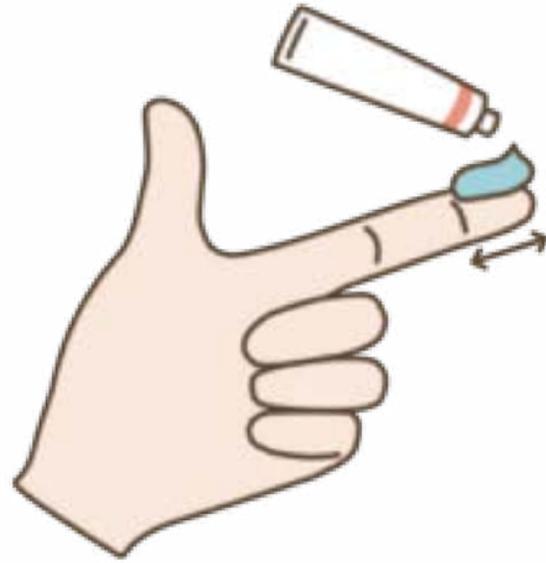
ステロイド成分選択の目安

最初にやや強めのランクを用いて症状を抑え、
その後ランクを下げる「ステップダウン方式」



セルフメディケーションにおける外用ステロイドのランク選択の目安

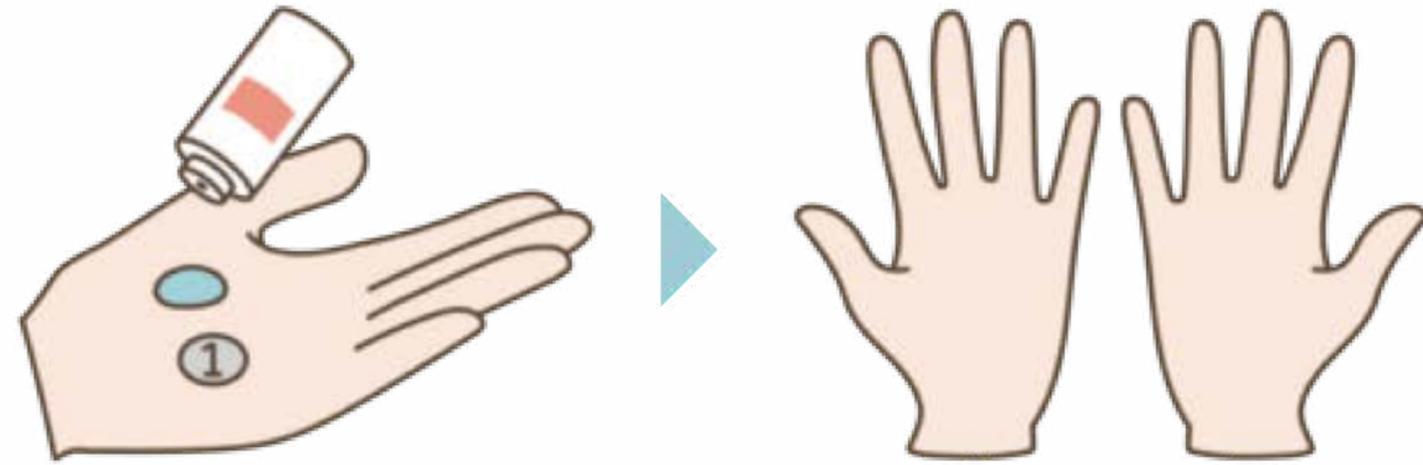
フィンガーチップ・ユニット



軟膏やクリーム

1FTU：約0.5g

(25～50gチューブの場合)
大人の人差し指の先から
第一関節まで薬を乗せた量



ローション剤

1FTU：1円玉くらいのお大きさ

大人の手のひら2枚分の
面積に塗る分量

ステロイドを塗る時のポイント



たっぷり塗るのがコツ

湿疹などがあれば、それが埋もれる
くらいの量を塗るのがポイント



薄く塗ると効果も薄い

皮膚外用薬を選ぶ時・販売する時のポイント

- ✓ 解消したい症状と度合い
(虫さされ、湿疹、蕁麻疹、かぶれ、汗疹、水虫、など)
- ✓ これまでの経緯
- ✓ 使用者の年齢やアレルギー、基礎疾患の有無など
- ✓ 患部の状態と剤型
- ✓ ケアの仕方までお伝えして

POINT

糖尿病の診断を受けている方は、
傷の治りが遅かったり、
化膿しやすい傾向があるため注意が必要



POINT

塗るタイミングや
塗り方が間違っていると、
期待した効果が得られないことがある

医療機関を受診した方がいいケース

- ✓ 痒み、赤み、蕁麻疹などの皮膚炎の範囲が広い（両脚、上半身の広範囲、全身など）
- ✓ 毒のある虫に刺された（蜂、毛虫など）。
- ✓ 睡眠を妨げられる激しい痒みがある。
- ✓ 脂漏性湿疹、乾癬、掌蹠膿疱症、帯状疱疹など。
- ✓ 市販の外用薬を使用した改善しない。もしくは悪化した場合。
- ✓ デリケートゾーンの痒みにはステロイド成分の使用は不可。
陰部の痒みが激しい場合やおりものの異常を伴う場合には婦人科を受診。
- ✓ **糖尿病**と診断されている人。

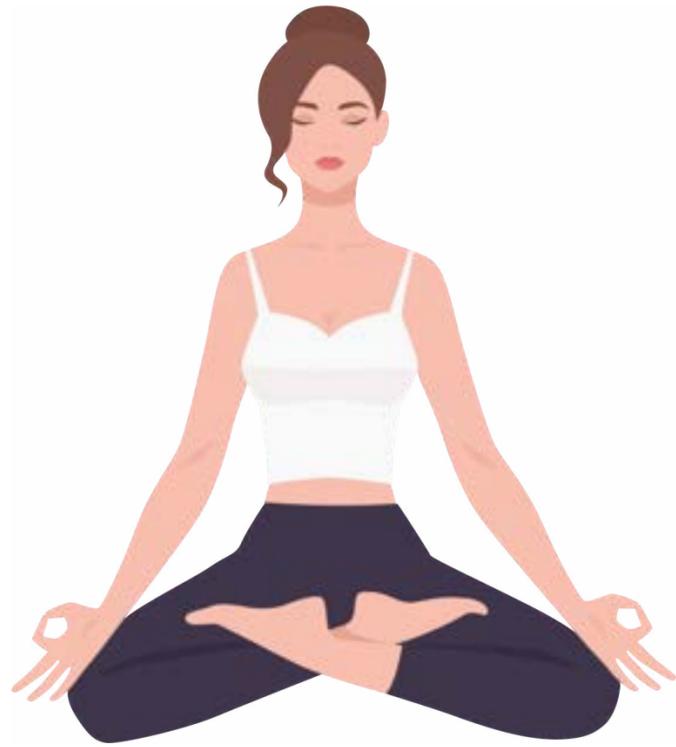




接客事例のワーク



接客事例のワーク (1/6)



20代 女性

公園でヨガをしていた時に
虫に刺されたみたいで、
赤いブツブツができていて、
すごく痒いです。

一番効く塗り薬はどれですか？

接客事例のワーク (2/6)



30代 女性

子ども（生後4ヶ月）の

おむつかぶれに

塗る薬が欲しいです。

赤くなっていて、

おしっこのたびに痛がっています。

接客事例のワーク (3/6)



20代 男性

背中全体に
赤い湿疹のようなものがあり、
あまり痒くはないのですが、
範囲が広いので気になっています。

接客事例のワーク (4/6)



30代 女性

手荒れがひどく、
手のひら全体がカサカサしていて
痒みも強いです。
夜、布団に入るとさらに痒くなり、
眠れないので困っています。

接客事例のワーク (5/6)



50代 男性

水虫と診断されて水虫薬を塗ったら、
すぐに治ったのですが、
その1ヶ月後に
また同じ症状が出ました。
また水虫薬を塗った方がいいですか？

接客事例のワーク (6/6)



40代 女性

数日前に
アイロンで火傷をしました。
一旦良くなったように
見えたのですが、
また痛みが強くなってきました。