

「^{じんましん}蕁麻疹について」

平成 26 年 12 月放送

坂井 秀彰

本日は^{じんましん}蕁麻疹についてお話しします。

蕁麻疹の症状は皮膚が突然蚊に刺されたように赤く盛り上がり、多くはかゆみを伴うのが特徴です。

それぞれの発疹の大きさや形は様々です。数十分から数時間、長くても一日以内にあとかたもなく消えますが、出沒を繰り返します。

蕁麻疹の発症には皮膚の肥満細胞という細胞から出るヒスタミンなどの化学伝達物質が関係しています。何らかの原因により皮膚の肥満細胞から放出されたヒスタミンなどは、血管や神経に作用して痒みや赤く盛り上がった発疹など蕁麻疹の症状を引き起こします。アレルギーと呼ばれるアレルギー症状を起こす物質に反応して起こるのがアレルギー性蕁麻疹ですが、実際に特定の原因がわかる蕁麻疹は多くはありません。

蕁麻疹の原因や悪化因子としては食べ物、薬剤、細菌やウイルスによる感染症、物理的刺激、自己抗体、疲労、ストレス、寒冷刺激などいろいろなものがあり、様々な要因が関係して生じると考えられています。

急性蕁麻疹では食べ物や感染症など原因がはっきり分かることもありますが、症状の出沒が 1 ヶ月以上繰り返してる慢性蕁麻疹では原因が特定できることは少なく、多くの場合、原因がわかりません。蕁麻疹の治療は特定の原因や悪化因子が分かっている場合にはそれらを避けることが治療の中心となります。

原因のわからない場合は蕁麻疹を引き起こすヒスタミンなどの放出や作用を

抑える働きのある抗ヒスタミン薬や抗アレルギー薬を中心とした薬物療法を行います。多くの蕁麻疹は原因の特定ができませんが、抗ヒスタミン薬や抗アレルギー薬を飲むことで症状の出現を抑えることができます。症状がなくなった後、薬を飲むのを止めると再発が見られることが多いため、勝手に飲むのを止めずに指示された通りに治療することが必要です。症状が出たり消えたりしている時間が長いほど治療にかかる時間も長くなります。早めに治療を開始して症状をコントロールすることが大切です。また、蕁麻疹の薬は眠気がみられることがありますから車の運転や危険な作業はできるだけ控えましょう。

日常生活では一般的に体が温まると蕁麻疹は出やすいので熱い風呂に長く入ることや刺激の強い食べ物は避けるのが無難です。掻いたりこすったりしても



いけません。また疲れた時やストレスを感じた時などに蕁麻疹が出やすく、悪化しやすいといわれていますので、できるだけ疲れをためないリラックスした生活を送るようにしましょう。