

# コスモス健康通信

じめじめした梅雨、そしてそのあとやってくる暑い夏は、汗や紫外線、虫などにより皮膚のトラブルを起こしやすい季節です。

これからの季節によくみられる「かゆみ・湿疹」を起こす皮膚の病気にはどのようなものがあるのでしょうか？

## 虫さされ

イエダニ・シラミ・ノミ・蚊・ブヨなどの吸血性の虫に刺されることにより、皮膚炎を起こします。刺された虫により、かゆみ・腫れ・赤い湿疹など症状は様々ですが、主に外用薬を用いて治療します。ただし、ハチや毛虫のように毒性の高い虫に刺された時は、早めに医療機関を受診する必要があります。山や海へ出かける時は、なるべく肌を露出せず、防虫スプレーなどで予防しましょう。又、屋内の虫の駆除には、くん煙剤を使うと効果的です。



## あせも

汗をたくさんかいたために汗腺が詰まり、かゆみを生じたり、水ぶくれができそれが破れて赤くただれたりします。こまめに汗をふきとる、汗をかいたら着替えるなどをして予防しましょう。できてしまったあせもには、外用薬を用いて治療します。



## アトピー性皮膚炎

アレルギー体質が原因で、皮膚に湿疹やかゆみを生じます。夏は汗や紫外線で悪化しやすくなります。かゆみを止める内服薬や、症状に適した外用薬を使うことで、かゆみをコントロールしていく必要があります。シャワー・入浴で皮膚を清潔にし、その後バリア機能を高めるため保湿剤を塗るなどして、スキンケアを怠らないようにしましょう。

## 水虫

足に、白癬菌というカビの一種が感染することで起こります。皮膚に赤みやかゆみ、水ぶくれができたり、皮膚が厚くなる、ひび割れなどの症状がみられます。内服薬や外用剤で治療しますが、皮膚の表面がきれいになっても薬を続けることが再発を防ぐコツです。水虫は「高温多湿」を好むため、皮膚を清潔にすること、そしてなるべく患部を乾燥させるように通気性のよい靴や、吸湿性の高い靴下(5本指靴下も効果的)を使うなどして予防しましょう。家族内に水虫の人がいる場合は、スリッパや足拭きマットなどを共用しないようにしましょう。

いずれの場合も、症状に合った適切な処置をすることが大切です。症状が悪化する前に早めに、皮膚科を受診しましょう。

# 虫と皮膚病

春になって、若葉茂る美しい季節になると虫たちも活発に活動を始めます。ワラビ・タケノコ取りやプランターのお花のお手入れ、草取り、庭木の剪定などと外での仕事が増えてきます。

それと同時に虫にやられ皮膚炎を起こして皮膚科を訪れる人も多くいらっしゃいます。皮膚炎を起こす虫はたくさんいますが、日常的によく見られるものをあげてみましょう。

## 毛虫

毛虫による皮膚炎は、イラガに代表されるように棘にふれてその部位だけに

発赤を生じるものと、有毒毛に触れて数時間後に皮膚炎が生じ、

徐々に拡大していくものがあります。大変なのは、後者です。

その最もポピュラーなものはチャドクガです。

幼虫は、公園や庭のサザンカ、椿の葉を好んで食べます。剪定や掃除のときなどに、

目に見えない有毒毛に触れて炎症を起こします。触れたところから赤いぶつぶつができ、

かいていくうちにだんだんと全身に広がってきます。

かなり強いかゆみを伴うので皮膚科を受診し、治療を受けましょう。

チャドクガの有毒毛による炎症



## マダニ

マダニの活動期は春から初秋であり、生息地である山や雑木林、草原、牧場などへ行楽や山菜採りに出かけたときに咬まれます。マダニの種類によって、咬まれる場所も異なりますが、比較的、腋・腹部・臀部・大腿部など衣服に隠れたところを咬まれ、マダニが付着したのが見られます。ひきちぎると、口器が残り、しこりや潰瘍になったり、稀にマダニが媒介する感染症を引き起こすことがあるので注意が必要です。これも皮膚科を受診しましょう。

## ハチ

初めて刺される場合は、局所の疼痛・発赤が出現するだけですが、2回目以降は感作が発生し、アレルギー反応による症状が加わることがあります。刺されて時間がたった後、発赤・腫れが起こり、かゆみを生じます。時々、新聞やテレビで報道されるように最も重症な場合にはアナフィラキシーショックとなり、死に至ることもあります。

これは、刺されてすぐ冷や汗・気分不良が起こりますので、早急に医療機関へ受診してください。



## ムカデ

ムカデは夜間活動性で、昼間は石の下など暗いところに潜んでおり、夜になると屋内に侵入し被害を与えます。

チカッと痛みがきて、その後に発赤・腫れを起こします。

その他、蚊・アリ・ノミ・クモ・シラミなど様々なものがあります。

自己治療で色々なものを塗り、かえって悪化させ、かぶれを起こすこともあるので早めに皮膚科を受診しましょう。