

# 皮膚脂欠乏症

## 皮膚脂欠乏症(ドライスキン)の 発症メカニズムと治療

ここでは寒くなってくると発症しやすくなる皮膚脂欠乏症(ドライスキン)の発症メカニズムと治療について紹介します。

私たちの肌は外界からアレルギーなどの物質が侵入しないようにバリア機能を持っています。皮膚のバリア機能は最外層にある角質細胞層の水分が少なくなると低下します。

水分は、皮膚、特にその外側の層である角質層(SC)が正常に機能するために必要なものです。皮膚から水分が失われても回復するための機能はSCの働きに依存しています。SCの水分の保持は、3つの主要な要素が行います。(1)角質細胞内の天然吸湿剤(天然保湿因子と総称される)の存在、(2)SC細胞間脂質、および(3)基礎



日本皮膚科学会皮膚科専門医

川崎医科大学附属病院皮膚科部長

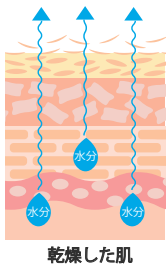
青山 裕美

発汗です。SCの水分量は、SCの適切な成熟と皮膚の新陳代謝のために必要で、水分量が低下すると乾燥したカサカサの肌が目に見えるようになり、ドライスキンが出現します。

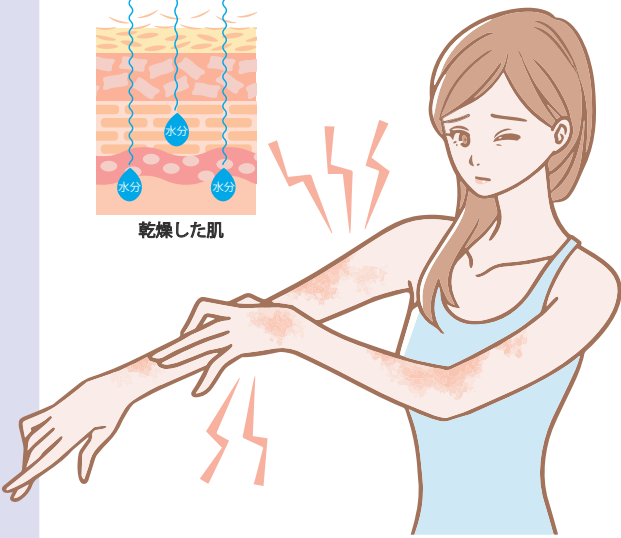
### なぜかゆくなるのか？

慢性的なかゆみは、アトピー性皮膚炎、糖尿病や腎臓病といった病的な理由で乾燥した皮膚に生じる症状です。最近の研究結果から、乾燥肌によるかゆみは抗ヒスタミン薬(内服のかゆみ止め)が効かないかゆみであると考えられるようになっていきます。それでは、どうしてかゆくなるのでしょうか。

健康な皮膚では、主にセラチノサイトが皮膚の表面に神経の先端が入らないように調整をしています。急に空気が乾燥した時期には皮膚が乾燥します。乾燥した皮膚のセラチノサイトが神経成長因子を分泌して、皮膚感覚神経線維が表皮の中央まで伸びてくるのでかゆみを感じやすくなります。



乾燥した肌



### 皮膚脂欠乏症 チェックリスト

- 秋になって下腿や腕の外側がかゆい
- 粉をふいたようなかさつきがある

もし気になる場所があったら…

当てはまる項目がある場合は、皮膚脂欠乏症の可能性があるので、早めに医療機関などでご相談ください。

### ドライスキンは予防できますか？

この段階での症状緩和には、保湿剤によるスキンケアが有効です。基礎疾患として、糖尿病や腎疾患があったり、アトピー性皮膚炎といった治りにくい皮膚炎があったりすると、乾燥しかゆみを引き起こします。かゆみひつかきサイクルを伴う慢性乾燥肌では、より多くの感覚神経線維が表皮に侵入していますので、皮膚科を受診して皮膚炎を治す治療をスキンケアと併用して行うことが必要です。

毎年10月頃に気温が下がると、空気が乾燥します。また暖房を入れるようになると室内の空気が乾燥します。そのため、かゆくなる前に、乾燥しやすい四肢や顔に、保湿剤を塗布することが必要です。特に、エアコンを使用しているご家庭では、エアコンの除湿作用により室内の湿度は外気より低下しますので、スキンケアが必要です。まず、ドラッグストアで購入できる保湿クリームを毎日入浴後に使用してください。慢性皮膚疾患のある方は、かかりつけの皮膚科クリニックで皮膚炎の治療を受けることをお勧めします。

気になる!

# マスク皮膚炎について

川崎医科大学附属病院皮膚科部長 青山裕美



COVID-19のパンデミック下で、すっかりマスク生活に慣れてしまいました。特に日本人は、周囲に配慮して、マスクを着用する方の割合が高いと思います。しかし、マスクを着用することで皮膚炎が悪化する患者さんも多いようです。どのような方が皮膚炎になりやすいのでしょうか。ドイツにおける大規模な調査結果を紹介します\*。

**マスクを長く着用する方が  
皮膚炎になりやすい。**

550名の対象者による調査結果では、13・1%の方に皮膚炎が生じていました。女性が18・7% 男性が5・8%の内訳で、男性より女性に皮膚炎が多く発症していました。

また、皮膚炎が生じた人のうちの、48・8%が医療従事者であったそうです。医療従事者の皮膚炎のリスク因子は、マスクの着用時間が長い、化粧品やスキンケア製品を使用する割合が非医療従事者より高いということがわかりました。接触皮膚炎の原因になる製品をつけてマスクを着用しているとかぶれやすくなると指摘されています。

**もともと皮膚炎がある方は  
マスク皮膚炎に注意しましょう。**

皮膚炎の症状は、かゆみ、紅斑、膿疱（にきびのような発疹）がみられます。もともと皮膚炎のある方、特に接触皮膚炎、しゅさ、口周囲に皮膚炎のある方は、皮膚炎のない方よりマスク皮膚炎を起こしやすいと報告されています。

**サージカルマスクより布マスクの  
ほうが皮膚にやさしい。**

サージカルマスクのほうが布マスクより皮膚炎を起こしやすいそうです。医療従事者の方は、マスクを着用する時間が長く、布マスクが職場で認められていないことも、高い発生率の要因になっているようです。

どのような対策がよいですか？

マスクの下に、化粧品やスキンケア製品は使用しないか、使用するとしても低刺激の製品を使うようにするのが良いでしょう。特にもともと皮膚炎がある方は、長時間マスクをすることで悪化しやすいので、職場以外では布マスクも考慮してみてください。



それにしてもこのマスク生活、いつまで続くのでしょうか。早くパンデミックが終息し、皆様の笑顔が見られる日が来ることを願います。

参考文献

\*Niesert, A.-C. et al. "face mask dermatitis" due to compulsory facial masks during the SARS-CoV-2 pandemic: data from 550 health care and non-health care workers in Germany. Eur J Dermatol 31, 199-204 (2021).

## マスク皮膚炎チェックリスト

- マスクに覆われた部位が赤くなる
- マスクに覆われた部位にニキビができる
- サージカルマスクを連続して長時間着用している

もし気になる場所があったら…

当てはまる項目がある場合は、マスク皮膚炎の可能性があるので、早めに医療機関などでご相談ください。

