

よくわかる皮膚科学

カブレについて

春は、桜が咲き、緑が鮮やかとなり気分が浮き立つ素晴らしい季節ですが、反面、花粉症や肌あれやカブレなど肌が敏感になりトラブルの起きやすい嫌な季節でもあります。

この花粉症やカブレというのは、専門的に言えば、免疫反応の結果なのです。それでは免疫とは何かと言いますと、外部から侵入する細菌などの微生物や毒素、更には体内にできる異物を除去し、健康な状態を保とうとする体の仕組みです。インフルエンザやはしかなどの予防接種は、原因となるウイルスに対し、人工的に免疫力を付けさせるために行います。



この免疫には、生物全てが備えている生体組織や食細胞系の自然免疫と、哺乳類などが備えている獲得免疫とがあります。カブレはこの獲得免疫が原因となって生じます。

表皮のランゲルハンス細胞は、微生物等を捕らえると、真皮を経てリンパ球にその情報を伝え、情報をキャッチした感作リンパ球は全身に増殖して、排除する体制を整えます。これが獲得免疫の仕組みです。

アレルギー物質が皮膚についた場合も、この獲得免疫の仕組みが働きます。表皮の膜タンパクと結合して抗原ができ、情報がリンパ球に伝えられた後に、再びこの物質が入ると、待ち構えていた感作リンパ球と反応し、その時、ヒスタミンなどのかぶれを引き起こす物質が生じます。この物質が、特に多い過敏な反応の場合に、皮膚にかぶれなどのアレルギー反応が現れるのです。



髪のエイジングケア

VOLUME UP SCALP CREAM

145g ¥2800(税抜)

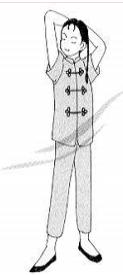
SANSHIDO

ポリーム VOLUME
地肌ケア SCALP CARE
ツヤ SHINE

Volume Cream
ROOT PLUS ONE
STYLING CREAM

東洋医学による健康法 春の带状疱疹対策の巻

中医師 黄 懐龍



带状疱疹とは、ヘルペスの一つで、水疱と同じウイルスによって起こる皮膚の病気です。ほとんどの人は子供の頃にかかった水疱瘡のウイルスが、神経根に長い間潜み、過労などで体の免疫力が低下した時に再び勢いを盛り返して増殖し、神経に沿って皮膚表面から痛みを伴う水疱が帯状に密集して現れることから带状疱疹と名づけられています。したがって予防対策は規則正しい生活を送り、日ごろから睡眠と栄養を充分にとり、心身の健康に気を配り免疫力を低下させないことが最も大切です。

带状疱疹は五十〜七十歳代の方に多くみられますが、病氣(ガンなど)や過労・ストレス・老化・免疫抑制剤の投与など体の免疫力の低下時に発症します。最初二〜三日は皮膚をピリピリ刺すような痛みや熱感を感じ、やがて赤く腫れて、小さな水疱がたくさん出現し、その範囲は神経の走行と一致し、体の片側だけで帯状に現れ、激しい神経痛を伴うのが特徴です。水泡は数日で破れてただれた後、乾いてかさぶたになり、あとは自然に脱落します。通常、痛みが起り始めてからかさぶたが治るまで、約三週間〜一カ月間かかります。

その発症部位は肋間神経である胸から背中、又腰、腹部などによくみられますが、顔面にある三叉神経に沿って現れる場合は、失明や顔面神経麻痺を伴うこともあるので特に注意が必要です。

带状疱疹の痛みは疱疹が現れると共に酷くなり、疱疹が治まると、ほぼ同時に治まります。もし皮膚が良くなっても痛みが長期間(1か月以上)残れば、これはウイルスによって神経がすでに損傷されており、「带状疱疹後神経痛」と呼ばれ、治療が遅れた人と高齢者に多く見られますので早めに治療を受けることが大切です。通常は二度以上かかることはありませんが、体の抵抗力が非常に低下しているときは再発する可能性もあります。

特に膠原病やエイズ等の患者が再発します。治療は、まず仕事を休んで一週間程度自宅で安静にします。治療の薬は主に抗ウイルス剤と消炎鎮痛剤の内服及び外用軟膏ですが、痛みがひどい場合は、神経ブロック治療法が有効です。又ビタミンB12など神経回復に必要な薬などもよく処方されます。また患部の皮膚を冷やすとウイルスを助長するので、むしろ体を温めることが、带状疱疹後神経痛の予防になります。水疱が破れると細菌感染が起りやすくなるので注意が必要で、破れた状態での入浴は絶対に避けてください。

中医学では、带状疱疹を「蛇丹」、「纏腰火丹」、「纏腰蛇」などと呼び、主に体の正気である免疫力が低下する時に、湿熱火毒などの邪気が体に侵入して肝胆など経絡に沿って発症すると考えています。治療法は「清熱解毒、疎泄肝胆」によってウイルスの邪気を取り除き、同時に「健脾益氣」によって免疫機能を高める方法がとられます。ここで带状疱疹によく使われる指圧マツサージ方法を紹介します。上

★ツボ探す時に用いる一寸とは、親指の関節部横幅の長さです。三寸は、親指を除く4本指の幅です。

1. 合谷：手の甲側で親指と人差指の延長線の交わる所
2. 支溝：手の甲側、手首のシワから3寸上。
3. 陽陵泉：向こう脛の外側、膝下一寸の窪みの中
4. 夾脊穴：頸椎、胸椎、腰椎の棘突起下から両側0.5寸あり、带状疱疹部位の高さに応じ選択する。

