

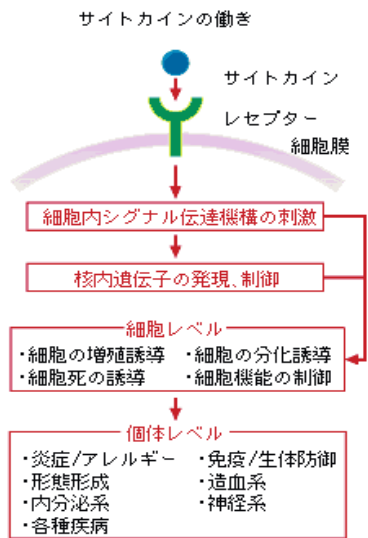
よくわかる皮膚科学

サイトカインと育毛

「サイトカイン」とは、細胞という意味の「サイト」と、作動因子という意味の「カイン」の造語ですが、細胞から体液中に分泌される蛋白質の生理活性物質のことで、生物が生命を維持するための細胞間の情報伝達を担う液性因子の総称で、多くの種類が有ります。

サイトカインの研究は、1969年に、感作リンパ球を抗原で刺激した時に放出される物質をリフィオカインと呼んだのが、その始まりで、その後、免疫系の制御因子として、1980年代になって急速に発展し、この20年間に多くのことが解明されました。

その役割はホルモンと類似していますが、相違点は、ホルモンは特定の場所で作られて血中に放出され、細胞に作用するのに対し、サイトカインは広く体内に分布する様々な細胞で作られ、サイトカインを産生した細胞自らに作用したり、周辺の細胞に作用するところです。



最初に発見されたサイトカインは「インターフェロン」で、C型肝炎や腫瘍の治療薬として脚光を浴びました。その後、免疫系や抗ウイルス・抗腫瘍のみならず、細胞の増殖、分化、抑制といった生体の恒常性

維持に重要な役割を果たす物質であることが明らかとなり。現在ではサイトカインなしに生理、病態の理解は不可能であるといわれています。

育毛に関しても、サイトカインは大きな役割を果たしています。毛根幹細胞とサイトカインの発見は育毛を大きく前進させました。育毛に係るサイトカインは数々ありますが、ここではサイトカインによって解決した事実についてお話しします。

「頭髪の薄い男性は体毛が濃いう事実はあるはずだ」という疑問は以前からあり、様々な議論がなされてきました。

その原因が実はサイトカイン

それは、TGF-βとIGF-1の二つのサイトカインに起因しています。

つまり、頭髪のパピラ(毛乳頭)に男性ホルモンが作用すると、TGF-βが発現し、毛生を抑制するのに対し、ヒゲのパピラに男性ホルモンが作用すると、IGF-1が発現し、毛生を促進することが判りました。

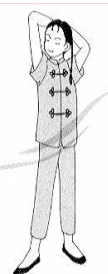
これ以外に毛母細胞を活性化する、FGF7や、ヘアサイクル(毛髪の成長周期)に関係するVEGFなどのサイトカインが明らかになっています。



東洋医学による健康法

冬の膀胱炎対策の巻

中医師 黄 懐龍



膀胱炎は、細菌感染によって膀胱粘膜に炎症がおこる病気です。一度発症すれば、繰り返すことが多く、放っておくと辛い痛みや高熱、さらには腎盂腎炎などを引き起こす可能性があります。

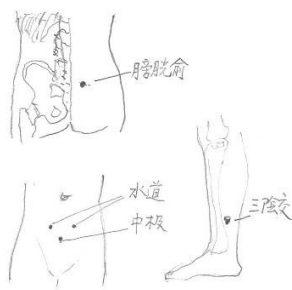
膀胱炎は圧倒的に女性に多い病気です。それは女性の尿道の長さが男性の約三分の一しかなく、しかもまっすぐなので尿道に入った細菌が膀胱まで侵入しやすく、更に尿道口が肛門や膣に近いため尿道に細菌が入る機会が多いからです。膀胱炎は、症状が強く現れる急性膀胱炎と、症状が軽い慢性膀胱炎の二つに大別されます。急性膀胱炎は、大腸菌などの細菌感染が原因で起こります。慢性膀胱炎は、膀胱内に腫瘍や結石があったり、前立腺肥大、糖尿病などほかの病気がかかわっていたりしていることもあり、注意が必要です。

急性膀胱炎の症状は、頻尿や排尿時の痛み、残尿感、尿が白く濁る膿尿や血尿などで、特に排尿が終わるときにつよく痛み、このため排尿が苦痛に感じることがよくあります。慢性膀胱炎では、このような症状は少なく、自覚症状はほとんどなく、検査で偶然発見されるケースが多いです。また膀胱炎は三十八度以上の高熱が出ることはあまりなく、そんな場合は膀胱炎ではなく、腎盂腎炎などの病気が疑われます。

膀胱炎の治療は抗生物質や抗菌剤の投与が主で、急性の場合は大体一〜二週間程で治ります。慢性では、急性よりも治療が長引きます。慢性膀胱炎の原因となる結石や腫瘍など基礎疾患がある場合は、同時に治療しなければなりません。

日常対策は、まず腰を冷やさない様にし、炎症の悪化を防ぐ為アルコールや刺激物を避け、さらに尿をたくさん出して菌を洗い流す為に大量の水分摂取が大切です。また膀胱での雑菌の繁殖を防ぐ為、トイレは我慢しないようにし、体を

1. 膀胱俞：腰の第二仙椎突起下から両側へ1.5寸の所
2. 水道：下腹部おへその下3寸より両側へ2寸の所
3. 三陰交：足の内くるぶしから上に3寸の所。
4. 中極：下腹部正中線上でおへそより4寸下の所。



★ツボを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。

清潔にして尿道からの細菌の感染を防ぎましょう。また規則正しい生活を送り、ストレスや無理なダイエット、過労などは避け、免疫力を高めるよう心がけましょう。

こうした治療や日常生活の注意で、膀胱炎はほとんどが治ります。しかし、それでも治らない場合は、何か別の病気が潜んでいる可能性もあります。膀胱がんや尿路結石、糖尿病による免疫力の低下などが原因で起きている膀胱炎は、泌尿器科や内科の専門医に診察を受けに行きましょう。

中医学では膀胱炎は「淋証」に属し、主に湿熱下注、膀胱氣化失司によるものと考えています。治療は清熱利湿、通淋理氣で漢方薬の竜胆瀉肝湯や五淋散、猪苓湯などがよく効きます。ここで特に慢性膀胱炎によく使われる指圧マツサー治療法を紹介します。以下のツボを指で押し揉んだりして、頻尿、尿痛など症状を軽くします。抗菌治療を同時に行えば、より効果を高めることが期待できます。