

高齢者のかゆみ対策： 治療薬, OTCを含めて

曾我部千鶴子, 石井直美
国立療養所多磨全生園 看護部

Point

- ▶ 高齢者の皮膚の特徴がわかる
- ▶ かゆみを起こす疾患がわかる
- ▶ 正しいスキンケアがわかる
- ▶ かゆみに対する内服・外用薬がわかる

はじめに

皮膚科外来では、皮膚のかゆみを訴える高齢者に出会う機会はとて多く、不眠など身体的影響を及ぼす要因でもあります。70歳以上の半数以上がかゆみに悩まされているともいわれています。

今回はかゆみの中でも、皮脂欠乏性皮膚炎と皮膚癢疹症に絞って、かゆみに対する内服薬・外用薬・スキンケアなど日常のケアにすぐ活用できそうな内容でまとめました。

高齢者の皮膚の特徴, そしてかゆみとは?

皮膚の老化について

皮膚の老化は、①主に加齢に伴う生理的老化と、②紫外線 (ultraviolet ; UV) による光老化の、2つ

の要因によってもたらされます¹⁾。

生理的老化としては、光曝露を受けることのない高齢者の臀部皮膚でよく観察されます。皮膚全体の弾力低下とたるみ、表面の乾燥と細かな皺

などです。これは加齢による皮膚の構成細胞・組織の数的減少と機能低下、すなわち表皮での皮脂分泌の減少、角質層のセラミドや天然保湿因子の減少 (水分保持機能の低下)、真皮の膠原線維と弾力線維の減少 (肌の張りや弾力の低下)、ヒアルロン酸などの基質成分の減少 (みずみずしさの低下) を反映しています。その他、表皮の菲薄・平坦化と真皮厚の減少 (皮膚の萎縮)、真皮乳頭層と毛細血管係蹄の消失 (皮膚温の低下と蒼白化) など、多くあります。

光老化に基づく症状は、顔面や手背などの露光部に顕著で、色素斑やいぼ、大きな深い皺 (大皺) などとして現れます。

高齢者の皮膚のかゆみについて

老人性のかゆみでは、汗腺、脂腺の機能が減退するために皮脂膜の形成が悪く、かつ、すべての代謝機能が低下しているためにセラミドの合成も

低下し、遊離アミノ酸量も減少しています。このため、皮膚は乾燥し、ドライスキンの状態となっています。このように乾燥した皮膚では軽度の外的刺激に敏感に反応し、容易にかゆみをきたします²⁾。

かゆみを訴える老人の皮膚では、通常は表皮-真皮境界で終わっているはずの神経線維が表皮内深く角質層直下にまで侵入していることが明らかになり、このことがかゆみ閾値の低下の原因と考えられています。すなわち、角質層直下にまで侵入している表皮内神経線維は、バリアが破壊されている角質層を介して、外部からの機械的、物理的、化学的刺激により直接活性化され、その刺激が脳皮質の感覚野に伝達され、かゆみが生じるものと推察されています (図1)。

かゆみの起こるメカニズムを図2に示しました。

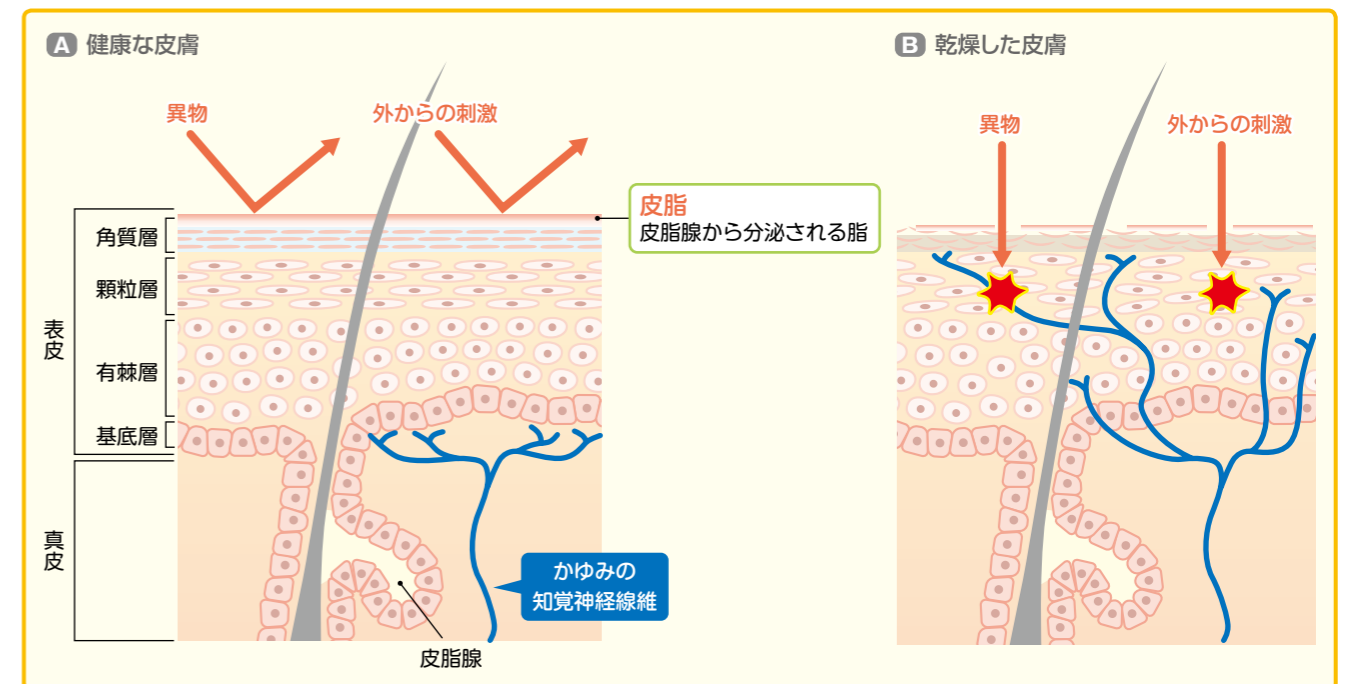


図1 健康な皮膚と乾燥した皮膚
乾燥した皮膚はカサカサして、知覚神経線維が刺激されやすくなっている