

## 7

特集 とことん、肝斑

肝斑に対する  
私の治療方針 3

宮田成章

みやた形成外科・皮ふクリニック 院長

当院では肝斑の治療はまず患者教育、スキンケアから始まる。そのうえでトラネキサム酸の内服療法やハイドロキノン、トレチノイン、ステロイドのトリプルコンビネーションクリーム療法があり、その効果をもつつ、慎重に症例を選んでレーザートニング治療を行っている。スキンケア、内服や外用療法なしでのレーザートニング治療は行うべきではない。レーザートニングには賛否両論あるが、実際に難治性の症例で有効なことも多く、またさまざまなガイドラインで肯定的な意見である。ただし、まずは肝斑の定義を再度認識して、適否を決定していかなければならない。

## 肝斑とは

肝斑は主として中年期以降の女性の両頬に発生する茶褐色調の色素斑である。その原因はまだ明確ではないが、光老化を基盤として本質的にはなんらかの機能異常であると考えられている。悪化要因としては皮膚に対する機械的な刺激(化粧や洗顔時の摩擦、化粧品の刺激など)、炎症、

紫外線の曝露などが挙げられ、その他妊娠やピルの内服など女性ホルモンの関与も示唆される。ただし、これらはあくまで悪化因子であり、原因ではない。

組織学的には表皮のメラニンの増加と、真皮の光線性弾力線維変性を特徴とする。また機能的にはメラノサイトに対してケラチノサイトのみならず線維芽細胞や毛細血管などから放出されるさまざまな因子が関与し、過剰なメラニン産生が継続している状態である。

## 実際の治療

まずは個々の治療法について述べる。

## スキンケア

治療においては最初の第一歩である。スキンケアの指導なしには肝斑の治療は不可能といっても過言ではない。スキンケアがうまくいけば、他の治療が不要な場合もある。

洗顔法の指導として、まず摩擦を避ける。いわゆる正しい洗顔、洗顔料の洗浄力で化粧を落とすことを心がける。例えとして肌はテフロン加工したフライパンで、手はタワシであると説明している。いかに擦らないかを時間をかけて説明する。今までスキンケアに無頓着だった患者ほど、擦っていないと言いつつもかなりの力が効かっていることが多い。もちろんコットンによる拭き取りやブラシ洗顔などは避けるようにしてもらう。

洗顔時の水の温度も低く設定するように説明している。水温が高いほど洗浄剤で皮膚内の保湿因子、角質間脂質が除去されてしまう。

最近は洗顔の重要性がメディアなどで過剰に啓蒙されてしまっている。洗顔でも肌を傷めることを患者に理解してもらうことが肝要である。

多くの患者はスキンケアの指導をすると、気をつけているという返答をする。しかしながら実際に洗顔を見せてもらうと、かなり強く擦っていることもしばしばである。患者に対して問診のみで終わるのではなく、実際に確認することが重要である。そのため初診時には診察前に洗顔をしてもらい、これを後ろからスタッフが何も言わずに観察して、報告を受けるようにしている。

ただし、ダメージのある肌を本人のスキンケアだけで管理することは現実には難しい。多くの場合にはエレクトロポレー

ション(電氣的穿孔法)による保湿剤(コラーゲン、ヒアルロン酸など)の導入施術を行い、クリニックで積極的に患者の肌管理に関与していく。その他ビタミンC誘導体やトラネキサム酸などのメラニン産生に抑制的に働く成分の導入も同時に行っていく。大きな変化はないが、長期間続けることによって安定したトラブルの少ない肌状態を維持できるようにっていく。

紫外線のケアに関してはSPF30程度のものを主に使用するよう推奨している。紫外線は肝斑の悪化要因であるので、正しい日焼け止め剤の使用方法を指導する。ただし、洗顔石鹸などで落ちやすいものを使用する。効果が高く汗などで落ちない製品を選択すると、洗顔時に苦勞することとなり、結局は肌を痛めてしまう。もちろん物理的に紫外線を浴びないことが肝要である。紫外線ケアを完璧にできる患者は少ない。よって屋外活動に熱心な患者は治療結果が出にくい。

## 内服

トラネキサム酸内服を行う。本邦においてはかなり以前から行われてきた治療法<sup>1)</sup>であるが、近年世界各国でもその効果が認められつつある<sup>2)</sup>。250mgを1日3回内服(1日量750mg)することを基本としている。おおむね2か月の内服で効果を発揮するが、個人的な経験では2か月を過ぎてから効果が発現することも多い。実際には、患者は1日3回を確実に服用することが難しい場合も多く、肝斑の治療が完治を目指せるものではない以上、きちんと2か月で改善するということは時には困難であると考えられる。患者にはあまり神経質にならずに、根気強く続けることを勧めている。

海外では250mgを1日2回内服し、有効であるという報告もある<sup>3)</sup>が、個人的な印象では3回内服するほうが有効な例が多い。

また可能であればビタミンCの内服も併用する。