

4

特集 敏感肌を診る

開業医としての敏感肌診断・治療と化粧指導：女性医師として

服部尚子

医療法人社団なみいろの樹 なおこ皮膚科クリニック 院長

敏感肌を、①自覚的敏感肌、②バリア機能障害、③アレルギー性敏感肌、④精神的敏感肌に分類した。また、敏感肌で診断されることのある皮膚科病名、①皮脂欠乏性湿疹、②脂漏性皮膚炎、③接触皮膚炎、④痤瘡、⑤花粉症皮膚炎、⑥日光皮膚炎について概説し、興味深い症例を供覧した。

はじめに

敏感肌のテーマをいただいて、敏感肌の定義について考えてみた。一般的な敏感肌は、肌荒れしやすい、かゆくなりやすい、赤くなりやすい、などの肌が弱い状態をいうのではないかと考えた。では、医学的な敏感肌は、と考えると、敏感肌は医学用語ではないが、脂性肌、乾燥肌のように、肌の特徴を表している言葉と考えられる。

皮膚は、外部刺激から内部器官を守り、体内の水分の蒸散をコントロールするバリア機能、知覚作用、発汗体温調節作用がある。バリア機能に障害が起きると、皮膚が過敏になり、健全な皮膚では問題のないような軽微な刺激に皮膚が反応し、かゆみ、赤みなどの皮膚症状が起りやすくなる。このようなバリア機能の障害は、敏感肌の原因の1つである。

では、実際の外来診療で、どのように敏感肌を診療していくのか、実際の診療を振り返りながら紹介していきたい。

敏感肌概念の分類

敏感肌を主訴に来院する患者は、それほど多くない。アトピー性皮膚炎、マスクかぶれ、手荒れなどで来院する患者と、皮膚炎の予防について話しているときに、敏感肌という言葉が出てくることが多い。そして、皮膚科に来る患者は多くの場合、自分は敏感肌である、と思っている。

そこで、患者のいう敏感肌を自己流であるが分類してみたい。

自覚的な敏感肌

この言葉が正しいかどうか難しいところだが、バリア機能などにほぼ問題がないが、自分で敏感肌と思い込んでいて人を自覚的な敏感肌と定義した。化粧品売り場などで肌チェックをされて、乾燥肌なので保湿たっぷりの敏感肌用の化粧品がいいですよ、と勧められて、自分は乾燥肌、

敏感肌と思い込んでいる人は多い。

このような方が肌荒れと称して来院されたときには、湿疹性の変化もあるが、過剰な保湿など不適切なスキンケアの弊害による病態もみられる。

まずは、本人が肌荒れと称しているものが、湿疹なのか、ニキビや脂漏性皮膚炎なのか、皮膚の状態を観察しなければならない。

バリア機能の障害による乾燥性の敏感肌

上述のごとく、皮脂の分泌の減少、皮脂の組成の異常などにより皮膚のバリア機能が障害されると、軽微な刺激にも皮膚が反応して炎症を起こしやすくなる。皮膚は年齢によって皮脂の分泌量が変わり、思春期までの児童、高齢者は皮脂の分泌量が少なく、乾燥肌になりやすい。

また、アトピー性皮膚炎の人は、皮脂のセラミドの組成が健常人と違っていることがわかっており、皮脂の性状の違いにより乾燥肌を呈しやすい。

アレルギー性の敏感肌

アレルギー体質の人は微量なアレルゲンに対して反応するため、敏感肌になりやすい。アトピー性皮膚炎では乾燥肌を合併していることも多く、乾燥肌を放置することによりアレルギーを起こすアレルゲンが増えやすいこともわかってきたので、アレルギー＝乾燥肌のイメージがあるが、日光アレルギーなどは乾燥肌と関係なく起こってくるので、アレルギー性の敏感肌として分類した。

精神的な敏感肌

皮膚は自律神経の影響を受けやすく、ストレスで蕁麻疹が出たり、脂漏性皮膚炎が悪化したりする。精神的な影

響で皮膚にトラブルが起きやすい人も敏感肌に分類できると考える。

敏感肌の診断

上記の分類を念頭に置いて敏感肌を診療していくが、敏感肌は診断名ではないので、敏感肌の人（または、敏感肌と思っている人）の皮疹を診断し、治療することになる。本稿のテーマは「開業医における敏感肌の診療」なので、実際に敏感肌（と思っている）の人を診療して、診断されることの多い病気について概説する。

皮脂欠乏性湿疹

乾燥肌がベースにあり、バリア機能の障害のため、かゆみを感じたり、刺激に反応しやすくなったりして、紅斑、落屑を伴う湿疹性の変化である。掻破や衣服などの刺激のために、重症化すると滲出液もみられ、皮脂欠乏性湿疹の診断が困難になるときもある。

治療の基本は、やはり保湿で、保湿の仕方を丁寧に説明することが大切である。症状がひどいときはステロイド外用も併用するが、ある程度改善すると、しっかりと保湿を継続するのみで、よい状態を維持することが可能である。

脂漏性皮膚炎

皮脂の分泌のバランスが崩れ、皮脂が多すぎても少なすぎても、脂漏性皮膚炎になる。典型的な脂漏性皮膚炎は皮脂の分泌過剰によるが、皮脂の分泌不足による乾燥型の脂漏性皮膚炎と考えられるものもある。

マスク着用は、皮膚温が上がり、皮脂分泌が増加する