



ナースだより

静岡市 こども園課
TEL 054-354-2638

2018 年度 1 月号

明けましておめでとうございます。新しい一年が、皆様にとって笑顔のあふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。今月は、アトピー性皮膚炎のお話です。

Q.アトピー性皮膚炎は、どんな病気？

A.かゆみのある湿疹が、慢性的に良くなったり悪くなったりを繰り返す病気です

ここでいう慢性的とは、1歳未満であれば2か月以上、1歳以上の方であれば6か月以上継続して良くなったり悪くなったりを繰り返している状態を指します。

「赤くなる」「小さいブツブツができる」「皮がカサカサむける」「皮膚が厚くなる」「かさぶたができる」などといったかゆみのある湿疹が、左右対称に現れるのもアトピー性皮膚炎の特徴です。

Q.アトピー性皮膚炎が悪いままだと、将来にどんな影響があるの？

A.ぜん息など他のアレルギー症状が出るだけでなく、睡眠障害による成長や学習への障害など、多くの影響があります

アトピー性皮膚炎が悪いままだと、成長するにつれて、ぜん息など他のアレルギー症状が出るだけでなく、かゆみがひどくて睡眠障害が起り、夜間の成長ホルモンの分泌が低下して成長が障害されてしまったり、十分に眠れないために日中も集中力が途切れがちになり、学習に支障が出ることがあります。



Q.アトピー性皮膚炎の治療とは？

A.①薬物療法 ②スキンケア ③悪化する主な原因の対策の3つが治療の基本です

アトピー性皮膚炎の治療には「民間療法」と呼ばれる様々な治療がありますが、必ずしもすべての効果がデータで実証されている治療法ではありません。逆に皮膚状態を悪化させることもありますので、必ず担当の医師に相談してから治療するようにしましょう。

Q.ステロイド外用薬の副作用を出さないために、どうすればいいの？

A.良くなったからと自己判断で薬をやめたりせず、かかりつけの医師の指示に従いましょう

自己判断でやめたりすると、かえって悪化する場合があります。薬の量や塗り方など、担当の医師の指示に従って行いましょう。



Q.日常生活で気をつけたほうがいいことは？

ダニ・ほこりが原因のひとつかも。部屋の掃除を

髪の毛は皮膚の刺激にならないように



爪を短く

早寝・早起きで生活リズムを整える

衣類を清潔に