

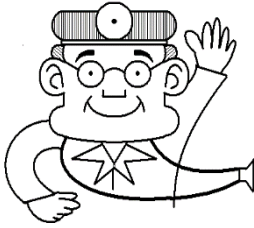
第 204 回 “いのち” を考える会 報告

—聴覚障害者の医療を考える会—

2026 年 2 月 26 日 (木) 18 時 30 分～20 時 30 分

神戸市障害者福祉センター 会議室 A

参加者 18 名 (うち聴覚障害者 5 名)



テーマ：「大人のアトピー？」

～いや、かゆい皮膚炎いろいろありますよ～

講師：成 ^{そん} ^{きちよる} 蒼 徹 先生 (クラージュクリニック / 神戸市西区)



成先生の講演は第 186 回に続き 2 回目となりました。

かゆいところを強く搔くと、皮膚の表面のバリアが壊れて皮膚から水分が奪われるため、乾燥肌になるそうです。また、乾燥肌そのものもかゆみの原因となるので、保湿することはとても大切だそうです。

スライドを見えやすいように会場の電気を消すと手話通訳が見えにくくなり、通訳が見えやすいようにするとスライドが見えにくくなり・・・と会場設定に頭を悩ませた場面がありました。聞こえない人のいる現場での工夫を、講師の先生とも共有できていることを願います。

●アトピー性皮膚炎とは

医学的には難しい言葉で言い表されますが・・・簡単にまとめて言うと

「ずっと繰り返す湿疹」

でも、なぜ湿疹が繰り返されるのかわからない、これがアトピー性皮膚炎。

ギリシャ後の『AOTPOS (アトポス)』が語源で、『場所が定まらない』『奇妙な』『とらえどころのない』といった意味を持つ。

●かゆみを伴う皮膚炎はいろいろある

代表的なもの

- ・アトピー性皮膚炎
- ・じんましん
- ・あせも
- ・接触性皮膚炎 (かぶれ)
- ・水虫・白癬症
- など

●なぜかゆいのか？

①そもそもかゆみとは？

実は体を守る防御反応のひとつ。

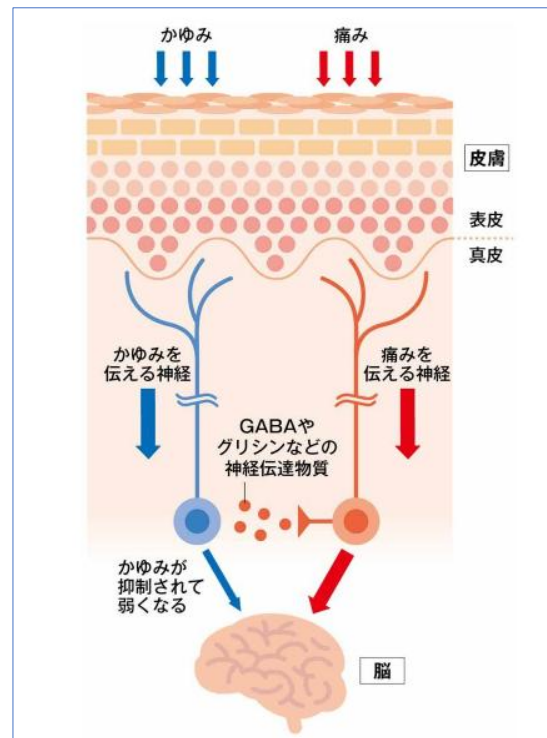
皮膚に異物が付いたときにかゆみを感じることによって、異常が起きている場所がわかり、その異物を引っ搔いて取り除こうとすることができる。

つまり、体の異常を知らせるサインでもあり、かゆみは悪いものではない。

② どうしてかゆくなるのか？

かゆみも痛みも神経を伝わって感じる。

かゆみを伝える C-線維と痛みを伝える A-線維が存在し、それぞれが脳に伝える役割をしている。



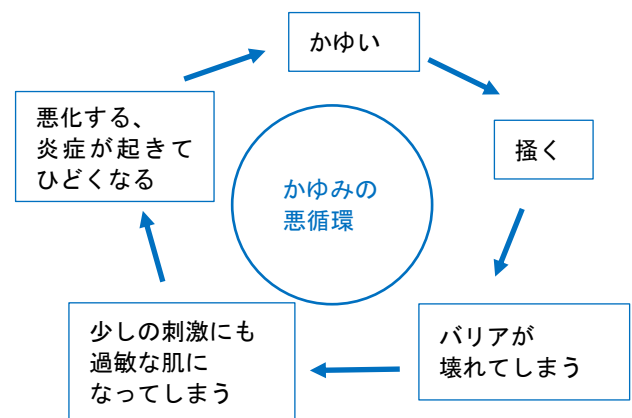
③ なぜ掻くとよくないのか？

かゆいところを掻くと一時的には気持ちいいと感じるが、掻きすぎると皮膚を傷つけたり湿疹などの皮膚トラブルが悪化したりする。また、わずかな刺激にも反応してかゆみが起こりやすくなる「かゆみの悪循環」を発症する。

強く掻くと皮膚表面のバリア機能、つまり外からの異物に対する防御機能が低下し、また皮膚から水分が失われやすくなり乾燥肌になる。

どうしても掻きたいときは、直接ではなく服の上から、またはタオルやハンカチを当ててその上から掻くようにする。

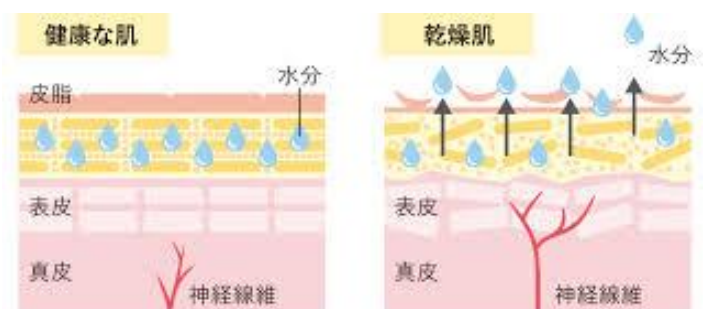
かゆいときには、その部分を冷やしたり、別のことに意識を集中させて気を紛らわせたりすることも効果的です。



④ かゆみに過敏になるのはどんな時？

皮膚が乾燥することで、かゆみに過敏になる。

乾燥すると、肌内部にあった水分も失われる。また、かゆみを伝える C-線維が伸びてきて、かゆみを感じやすくなる。



©medical terrace produce by trend-sakura

⑤なかなか治らないかゆみとは？

皮膚の内側に「ヒスタミン」を作る細胞（肥満細胞）が存在しており、その細胞が刺激されるとヒスタミンを分泌する。

分泌されたヒスタミンは血管に作用して皮膚が赤く腫れ、神経に作用して強いかゆみを引き起こす。これが蕁麻疹（じんましん）。皮膚の状態が正常でもヒスタミンが分泌されるとかゆみは起こる。

★ヒスタミンを分泌させる刺激の例

- ・接触アレルギー：肌に何かが接触することが刺激となっかゆくなる。「かぶれ」ともいう。
- ・食物アレルギー：食べると蕁麻疹を起こしやすい食品がある。
- ・虫刺され：虫にかまれたり刺されたりすると、赤く腫れてかゆみを感じる。毒の成分にヒスタミンなどが含まれているため。
- ・温度変化：体が急に温まったり急に冷えたりする温度変化があると、広範囲にかゆみを感じることもある。
- ・ストレス：勉強や仕事などで生じる強いストレスによって、かゆみが出ることもある。

⇒ なかなか治らないかゆみがあるときは、病院を受診しましょう



●治りにくいかゆみを伴う病気の一例

アトピー性皮膚炎、乾皮症、帯状疱疹、腎不全、肝臓疾患、糖尿病、がんなど

●日常生活でできる予防

- ・乾燥を防ぐ
- ・洗濯物のすすぎ、脱水をしっかり行う
- ・食物アレルギーの制限を行う
- ・アレルギーの原因を避ける

かゆみのケアはお肌の保湿が大切です！！

●講演後の質疑応答より

(ろう者の質問)

Q. 首の後ろ～背中にかけてブツブツができていますので、オロナインを塗っているがそれでよいのか？

A. オロナインを使うことはダメではないと思われる。塗っても改善しなければ病院を受診して、ぬり薬を処方されることになると思う。でもまずは保湿もすることが大事です。



Q. 3か月前に腕を火傷した。治っているとされたのにまだかゆみがあるのだが……。かゆみ止めの薬をもらったが、搔いてしまう……。

A. 火傷の痕がまだ硬い状態（カサブタ）なので、柔らかくなるには半年ほどかかります。かゆくて搔いてしまうときは、直接ではなく服の上から搔くようにしてください。かゆみ止めは引き続き塗っておくようにしましょう。