

乾燥がひどくて湿疹ができました  
**皮脂減少性湿疹は洗い過ぎにも注意**  
 中野皮膚科クリニック  
<http://www.nakano-derma.com/>

皮膚表面が乾燥してひび割れ、ポツポツと湿疹ができてくる



冬、足のすねがカサカサが失われ、水分が蒸散して皮膚が乾燥すると、乾くになってなかなか治らないことがあります。かゆみを伴う皮脂減少性湿疹について、日本皮膚科学会認定皮膚科専門医で中野皮膚科クリニック院長の松尾光馬先生に聞きました。

「どんな病気ですか？」  
 「皮膚のバリア機能が低下し、細胞間脂質（セラミド）や天然保湿因子」

「原因は何ですか？」  
 「空気が乾燥したり、加湿器にともなうバリア機能の低下が主な原因です。長時間の入浴や体の洗いすぎといった生活習慣も原因になります。バリア機能が低下しているので皮膚をかいたりすると、さらに炎症が悪化します」

「治療法は？」  
 「ヘパリン類似物質や尿素などの細胞間に浸透する保湿剤を塗り、炎症に対してはステロイドの外用を行います。かゆみの強い場合は抗アレルギー剤、漢方薬の内服を併用することもあります。外用薬はお風呂上りにすぐ塗ることが大事。15分以上経つと水分が蒸発していきま。洗浄力の強い石鹸でゴシゴシこすらないように気をつけましょう」

問い合わせ  
**中野皮膚科クリニック**  
 中野区中野2-30-3、マルニビル5階。中野駅南口徒歩2分  
**03-5342-0722**



診療受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30 ~ 13:00	○	○	○	○	○	12:00 まで受付
15:00 ~ 18:30	○	○	○	○	○	—

休診日:日曜、祝日

院長:松尾光馬 日本皮膚科学会認定皮膚科専門医、医学博士。東京慈恵会医科大学医学部卒業、同大附属病院皮膚科非常勤講師

2020年3月27日付 「リビング東京副都心」に掲載されました