

脂漏性皮膚炎で

ニゾラル[®] クリーム2%

をお使いの方へ



〈監 修〉

三重大学大学院医学系研究科 皮膚科

教授 山中 恵一

TEIKOKU

1 脂漏性皮膚炎とは

脂漏性皮膚炎はどんな病気ですか？

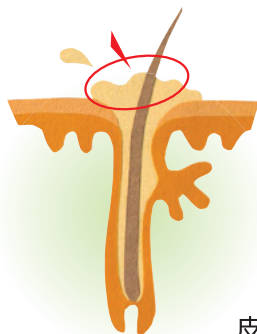
皮膚は皮脂腺から毛孔^{けあな}を通じて皮脂が分泌されています。

皮脂の分泌が多くなった状態を脂漏^{しろう}といい、脂漏になると紫外線やカビ(真菌:マラセチア菌)などによって皮脂が脂肪酸に分解され、皮膚が炎症を起こすことがあります。これを脂漏性皮膚炎といいます。

脂漏性皮膚炎の原因についてはわかっていないこともたくさんありますが、いろいろな要因が影響して発症・悪化させていると考えられており、脂の多い場所を好むマラセチアという真菌(カビの一種)の関与などが示唆されています。



カビの寄生

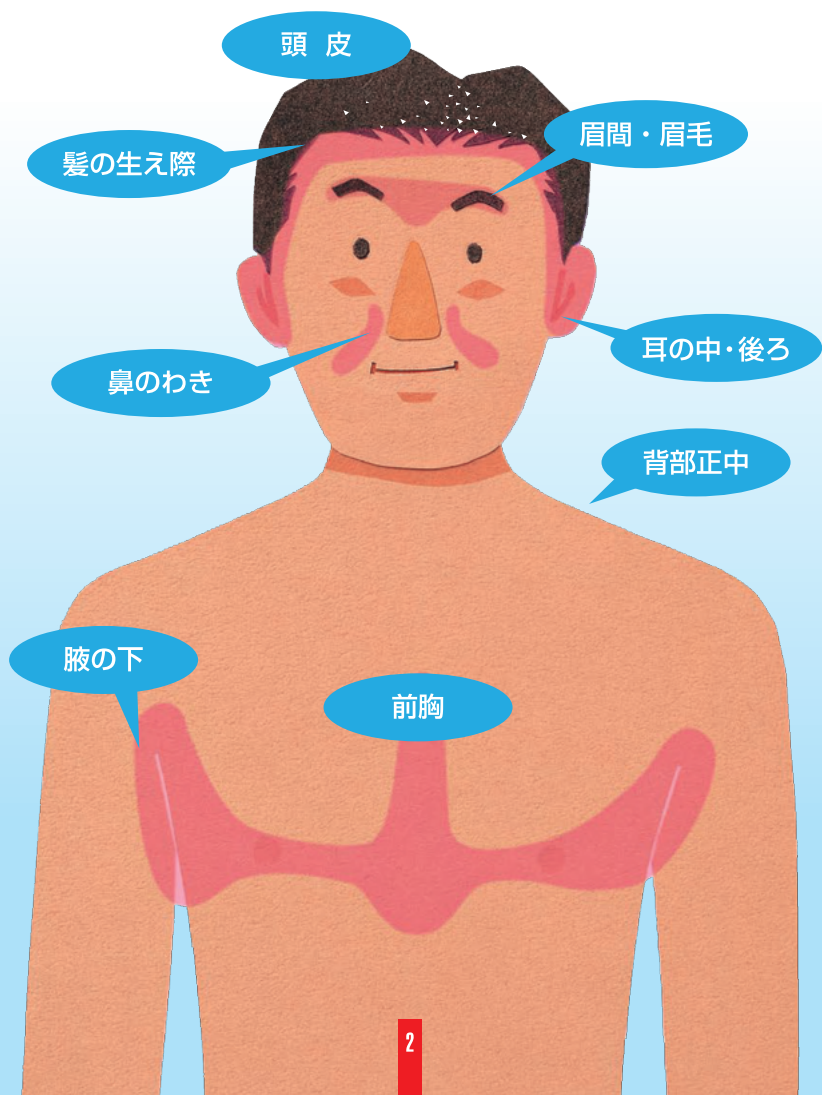


皮脂貯留

自然に治ることが多い乳児の脂漏性皮膚炎に比べて、青年期以降に発症すると再発を繰り返すことがあります。適切にお薬を使用し、日々のセルフケアを心がけることで、良い状態を長く保つことが可能です。

脂漏性皮膚炎はどこにできるのですか？

脂漏性皮膚炎のしやすい場所は、頭や顔などの皮脂分泌の多い場所(脂漏部位)や脇の下などの皮膚が擦れやすい場所です。



脂漏性皮膚炎を悪化させる原因

- カビの寄生
- 入浴不足や洗顔不足による皮脂貯留
- ストレス
- ホルモンバランスの崩れ
- 睡眠不足など生活サイクルの乱れ
- ビタミンB不足など、栄養バランスのかたよりなど、さまざまな原因があります。



2 ニゾラル®について

ニゾラル®のはたらき

真菌(カビ)の細胞膜合成を阻害し、病気の原因となる真菌の増殖を抑えることにより抗真菌作用を示します。

皮膚真菌症(白癬、皮膚カンジダ症、^{でんぱう}癬風)と脂漏性皮膚炎の治療に用いられます。

ニゾラル® クリーム2%の使い方

脂漏性皮膚炎には、1日2回患部に塗布してください。

使用上の注意事項

ヒリヒリ感、かゆみ、発赤、水疱、蕁麻疹などがあらわれた場合は医師・薬剤師にお伝えください。

用法は医師の指示に従ってください。

目には使用しないでください。

ただれた部位や傷がある場所には使用しないでください。

ニゾラル® クリーム2%の保管方法

使用後は乳幼児・小児の手の届かないところで直射日光を避けて保管してください。

治療が終わった後で薬が残った場合、保管しないで廃棄してください。

3 生活上の注意点

頭皮の痒みや落屑が多い場合のシャンプー法

低刺激性の石鹼(シャンプー)を使用して毎日洗髪しましょう。
病変部(頭部)を強く擦らないようにていねいに
洗髪し、皮脂を取り除きます。

入浴後、病変部には外用剤、その他
の部位には保湿剤を使用します。
また、ふだんから病変部を掻かない
よう注意しましょう。



ストレスはさける

ストレス、過労(睡眠不足)などは
症状を悪化させますので、規則
正しい生活を心がけ、十分に睡
眠をとるようにしましょう。



食事のヒント

- ① ビタミンが不足すると皮膚症状があらわれやすいと言われています。バランスよい食事を心がけましょう。



● 豚肉、レバー、牛乳、卵、ほうれん草、トマト、キャベツ、椎茸、しじみなど

- ② 脂肪分、糖分などを含む皮脂分泌を高める食品は、皮膚に悪影響を与えるのでひかえましょう。



● ナッツ、コーヒー、アルコール、香辛料などはひかえめに

- ③ 規則正しい食事をし、便秘にならないよう食物繊維の多いものを摂るようにしましょう。



● 玄米、麦、まめ、野菜、いも、海藻、きのこ、こんにゃく、果物など

食事療法は医師や栄養士など、専門家のアドバイスを受けましょう。

医療機関名

