



NPO法人
日本アレルギー友の会
〒135-0002
東京都江東区住吉2-6-5
インテグレート村上3F
TEL 03 (3634) 0865
FAX 03 (3634) 0850
http://www.allergy.gr.jp/
mail j-allergy@nifty.com
郵便振替 00130-6-109985
編集発行人 堀内 繁

『患者だからわかる 成人・小児ぜんそく』 『患者だからわかる アトピー性皮膚炎』

書評

東京大学名誉教授、アレルギー協会理事長 宮本 昭正

NPO法人 日本アレルギー友の会が発足したのが昭和44年(1969年)であり、去年、創立40周年の記念講演会が開催された。そして40周年の記念事業の1つとして企画されたのが、日本アレルギー友の会の患者さんによる患者さんに役立つ本の出版であったようである。そして今年早々に完成したのが『患者だからわかる 成人・小児ぜんそく』と『患者だからわかる アトピー性皮膚炎』という2冊の本である。

いずれの疾患もなかなか難治であるし、しかも患者さんの数は増加の傾向にあり、社会的にも注目されている疾患である。最近ではいずれの疾患に対しても診療のガイドラインが作られていて、それに従って治療することにより疾患のコントロールはかなり容易になってきた。とはいうものの、ガイドラインに準拠した治療によっても、これらの疾患に悩み苦しんでおられる患者さんの数が激減し

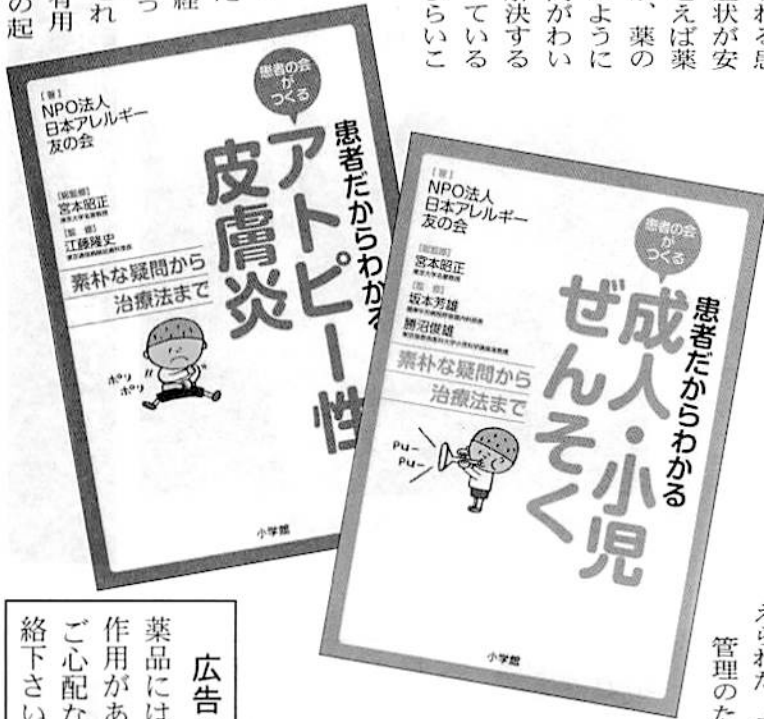
たわけでは必ずしもない。悩んでおられる患者さんはもちろんであるが、たとえ症状が安定している患者さんであっても、たとえば薬をどのようにいつまで使えば良いのか、薬の正しい使い方、吸入薬の使い方など、薬のすれば良いのかなど、いろいろな疑問がわいてくるものである。医師に尋ねれば解決すると思いつつも、多忙に立ちふるまっている医師や看護師には、何となく質問しづらいことも少なくない。

この本は長らくこれらの疾患に悩み、苦しみながら対応してこられた経験の豊かな患者さん方が、自分の体験に基づき、また友の会に寄せられたいろいろな質問に答えられたという経験を参考に、患者さんの目線に立つてまとめられた著書であるだけに、これを読まれる患者さんにとっては大変有用な本である。治療だけではなく病気の起

◆目次◇

実践講座リポート	(2)
医師と患者が答える	(3)
ぜんそくQ&A②	(4)
アトピー性皮膚炎	(4)
患者への一言メッセージ	(5)
自分らしく生きるために	(6)
顧問の先生からのメッセージ⑤	(7)
講演会のお知らせ	(8)

きる仕組みや症状などについても触れられている。したがって患者さんだけでなく、ぜんそくやアトピー性皮膚炎に興味を持つておられる方々にとっても良い参考書であると思う。本の監修はそれらの分野のエキスパートである坂本芳雄先生、勝沼俊雄先生ならびに江藤隆史先生がなされていて記述は正しく、内容も充実していることは保障済みである。私も



平成22年度総会開催のお知らせ

日時 5月23日(日) 11時半より
場所 東医健保会館にて(講演会前)

議案1 平成21年度事業報告
議案2 平成21年度決算
議案3 平成22年度事業計画
議案4 平成22年度予算
議案5 代議員任期満了に伴う改選の件

その他

全文に目を通させていただいたが、患者さんが実際に知りたいことはこのようなことかと、大変勉強させていただいたし、また示唆を与えられた。疾患の理解のためにも、また自己管理のためにも、大変役立つ良書であると確信し、広く読まれることを心より期待しているところである。

広告の薬の表示について
薬品には、どのような薬物にも副作用がありますので、薬についてご心配な場合には、友の会へご連絡下さい。



第16回アレルギー週間協賛行事
患者だからわかる ぜんそく・アトピー性皮膚炎実践講座レポート

ぜんそく部門

去る2月27日にぜんそく実践講座と患者交流会が開催されました。毎年2月に実践講座を行います。当会のテーマ「ひとりじゃない」をきっかけ、今回は患者同士で悩みを共有し、自己管理のできている患者のアドバイスも加えながら、交流を深めました。

ぜんそくは、薬の開発が日進月歩で次々と新薬が出ていて、ご自身に合う薬を今は見つけやすくなっているようです。その一方、患者自身がアンテナを張り巡らす必要もあるとのことでした。私はアトピー性皮膚炎の療養相談を担当していますが、今回初めてぜんそく部門に参加し、アトピー性皮膚炎との大きな違いを1つ見つけました。それは、ステロイドが「恐怖の薬」と位置づけられていることがなく、ほとんどの患者が当然として吸入



ぜんそく実践講座

していることです。ただ、吸入薬の使い方によつては効き目が異なるということは認知度が低いようです。また、最近発売された新薬(ゾレア、アズマネックス、シムピコート)の話題に触れ、参加者から多数の質問が寄せられました。

今回は群馬、静岡、千葉などからもお越しいただき大変感謝します。地方にお住まいの方からは、専門医などを選ぶ選択肢が少ないというご意見がありました。その中で必要なのは、自分の病気をよく理解することです。

ぜんそくは、自己管理できる疾患とも言われています。患者自身が状態をよく知る。ピークフローメーターやぜんそく日誌をつけて把握をする、これこそぜんそくを起さない第一歩だということも話に出ました。また、ぜんそくのお子様を持つ親御さんにもご参加いただきました。長期間にわたって子どもに薬を服用させるのは、親として抵抗があるようです。しかし、小児ぜんそくは親が納得して治療してこそ治る病気です。体調の良い時でも主治医と話し合い、継続しての使用が必要な薬はしっかりと続けることで軽快の道が見える、と納得させられるお話もありました。

アトピー性皮膚炎部門

2月28日は、アトピー性皮膚炎実践講座。この日も十数名の患者の方やそのご家族にお集まりいただきました。

第一部は私からステロイド外用薬の知識に



外用薬の塗り方の実演・塗る面積を測る

ついて話をしました。まず「みなさんは、ご自身の使用している薬のランクをご存知ですか」と質問をしましたが、ほとんどの方が、あまり把握されていないかたようでした。なぜ知る必要があるのかという説明を、メモをとりながら熱心に聴いてくださいました。

今回は外用薬の塗り方の実演もありました。指の第一関節までチューブから出した外用薬を、手のひら2枚分の皮膚に伸ばす、フィンガー・ティップ・ユニットという塗り方です。また、擦り込まず、広げる感じという実演に、参加者は真剣に見入っていました。自分の塗る量が少ないことがわかった、という方もいました。

第二部は、患者交流会。今回、保育士の方にもおいていただきました。アレルギー持ちの子どもがクラスの半分以上だそうです。その現状に少しでも知識を深めたいという意欲

東レケバックαアンテル II 使用
クリニックふとん
NEW 東レ・アンテルC 使用
マイトフリー
ふとんカバー
防ダニ・防臭・抗菌・防臭効果の相乗カバー

製造発売元
株式会社 **カービック ジャパン**
<http://www.kirbic.co.jp/>

お問い合わせ・
資料請求は ☎ **0120-22-6471**

明日は変えられる。

astellas
Leading Light for Life

アステラス製薬株式会社 www.astellas.com/jp/

SHISEIDO

d program
Peace for Skin

低刺激というプライド
素肌へ平和を。厳選成分生まれのdプログラム。
www.shiseido.co.jp/dp/

お問い合わせ ☎ 0120-81-4710 (9:00~17:00 / 土・日・祝日を除く)

的な先生がいらつしやる保育園は、なんて頼もしいのかと感動を覚ええました。交流会の話題の中心はやはり「アトピービジネス」です。参加者は、錯綜する情報に翻弄されながらも、ステロイド外用薬を用いた標準治療にたどりついた方がほとんどです。また少々恐怖を覚

えながらステロイドを使用されている方もいらつしやいましたが、「危険な薬」ではないという証明に私たち相談員の肌を直接見ていただいて、安心して帰って行かれました。今回も、患者同士和気あいあいと、楽しくも、アトピー性皮膚炎であることの辛さを分

かち合い、辛いのは「ひとりじゃない」と、心休まるひと時が作れたのではないかと思います。ご参加いただいたみなさま、遠いところから、また雨でお足元が悪い中、お越しいただき、ありがとうございます。(荻野美和子)

医師と患者が答える

ぜんそくQ&A②

司会 公立学校共済組合関東中央病院呼吸器内科部長 坂本 芳雄先生
回答 昭和大学医学部内科学講座呼吸器・アレルギー内科教授 足立 満先生

〈成人ぜんそく〉

質問1 テオフィリンの服用は、逆流性食道炎を悪化させる作用がありますか。

回答1 足立先生 テオフィリンだけでなく、気管支拡張剤薬など平滑筋が弛緩する薬は、逆流性食道炎が起きやすいと言われています。しかし、実際にテオフィリンやβ刺激薬を使つてひどくなった人が多いかといえ、それほどでもありません。これは理論的にはあり得るということなので、逆流性食道炎の症状がある場合は、まずその薬をやめてみて、症状がどうなるかをみるのが良いと思います。

質問2 61歳の男性です。3年前にぜんそくと診断され、オルベスコ400μgと、オノンを常用しています。調子が悪くなるとオルベスコを増やしたり、プレドニンを飲んだり、ホクナリンテープを使つたりしています。

気管支拡張薬、サルタノール、ホクナリンテープ、テオドールなどを使つても



回答してくださる足立先生

効いたと感じたことはありません。ピークフローも増加しません。気管支拡張薬の効き方には個人差があるのででしょうか。

回答2 足立先生 いろいろな可能性があると思いますが、まずタバコを吸っているかどうかが問題だと思えます。通常、ぜんそくであれば、極端に重いか、あるいは極端に軽いかでない限り、少なくとも吸入したβ刺激薬は、感覚的にも、肺機能的にも、有効なはず

です。全く効かないというのでは、ぜんそくだけでなく、ほかの疾患が併存している可能性があると思います。

質問3 吸入ステロイドや拡張薬、抗アレルギー薬を長く飲んでいて、だんだん効かなくなるといふことはないでしょうか。

回答3 足立先生 耐性という問題があるかということですね。β刺激薬を長く使っていると、その有効性が鈍くなるということは、いろいろなメカニズムから証明されています。吸入ステロイドや抗アレルギー薬で耐性が出るということは、あまり報告がありませんし、普段の治療でそういったことが証明されることもありません。吸入ステロイド、ロイコトリエン受容体拮抗薬で治療している範囲内では、耐性はないと思っています。

質問4 アスピリンぜんそくとはどのような症状ですか。風邪でバファリンを飲んでぜんそくが出た時は、アスピリンぜんそくなのでしょう。

回答4 足立先生 アスピリンぜんそくの大きな問題は、アスピリンによって起こるアレルギーではないということです。痛みの原因であるプロスタグランジンE2を抑制するために、アスピリンなどの消炎鎮痛剤が投与されますが、同じ作用のある薬剤、たとえ

“健康”という名の
“しあわせ”を守りたい

鳥居薬品株式会社
 〒113-8439 東京都中央区日本橋本町3-4-1
<http://www.torii.co.jp>

アレルギー友の会の会員様に特別価格にてご提供

やさしくクリップ
簡単測定

パルスオキシメータ
Puls Fit BO-600

ご注文の際は「アレルギー友の会」会員と申しつけ下さい
 会員様特別価格：¥19,800 (税・送料込)

吸入器.com <http://www.kyunyuki.com>
 (株)タケウチ 〒113-0033 東京都文京区本郷3-18-1
 フリーダイヤル：0120-066-844

PARI ROY® mobile 5
パリーボーイモバイルS

目くせいに
モバイルサイズ!

★特許取得の
新しいノズルを採用!

★新しい吸入アイテム
小児用ソフトマスクも登場!

製造販売元 >
松吉医科器械株式会社
 〒105-8505 東京都港区芝浦4-14-55
 〒20-5816-8810 オンラインショップ <http://www.allergy.biz.com>
 TEL 024-766-3101
 < 直営販売 > **パリー日本事務所**
<http://www.pari.jp>

ばインドメタシンや、ロキソニンなどでも同じようにアスピリンぜんそくを起こします。アスピリンでなくても痛み止めを飲んだ時に、30分以内に激烈なぜんそく症状が起きた時は、すぐに治療が必要です。この場合、通常のβ刺激薬やステロイドが有効です。

しかし、風邪をひいて熱を出し、解熱剤を飲んでぜんそくが悪くなった場合、2通りの原因が考えられます。本当のアスピリンぜんそくなのか、またはぜんそくの自然の成り行きとしてウイルス感染を起こして悪くなったのか、この2つを判別しなければなりません。その薬をずっと続けなければいけないような場合には、リスクが大きいのですが、実際

にその薬を飲んでいただき、注意深く経過を観察しながら確認する必要があります。質問5 73歳の方からです。心臓に異常があるとぜんそくの原因になることがありますか。また、精神的なストレスがぜんそくの原因になることがありますか。

回答5 足立先生 まず心臓ですが、心臓が悪くてもぜんそくと同じような症状になる場合があります。心臓性ぜんそくといいますが、うつ血性心不全という状態になり、寝てから1時間以内に起こるのが特徴です。この場合は、利尿剤を使うことで良くなる場合が多いのです。ぜんそくの治療とはかなり違った治療が必要となります。主治医と相談し、心臓自体

に問題があるということを引きちんと診断・治療していただきたいと思えます。

心臓性ぜんそくは、β刺激薬や吸入ステロイドも効きづらいため、高血圧や、もともと心臓に病気があったような場合には、ぜひ専門医と相談してください。

次にストレスの件です。これは昔から大きな問題だと言われていますが、現段階では、精神的ストレスが原因でぜんそくになることはまずないと考えられています。しかし、一度なったぜんそくが精神的なストレスで悪くなるということはあり得ると思います。(平成21年5月24日 創立40周年記念講演会より、採録 一樹好充)

講演 アトピー性皮膚炎 患者への一言メッセージ

東京通信病院皮膚科部長 江藤 隆史先生

今日は4つのメッセージを送りたいと思います。

私は昭和59年に東大医学部皮膚科に入局しました。この頃はアトピー性皮膚炎の治療というのは非常に苦労していて、とにかくステロイドを使いたくない人も多いし、皮膚科側でもステロイドをあまり使ってはいけないのではないかと思っている意見が多かったものです。

ですが、2004年ともなると大分ほとぼりが冷めてガイドラインも普及し、ちゃんとしたアトピーの治療ができるようになってき

ました。そんな頃、アトピー性皮膚炎の家族が一家心中をしてみましたという記事が週刊誌に載りました。私はここに次のようなコメントを入れていたのですが、重要な部分ほとんどカットされてしまい、非常に苦い経験をするようになりました。

4歳と10カ月の小さなお子さん2人がアトピーの、4大家族のご家庭の話です。このお子さんたちは、卵・牛乳はだめ、それ以外のものもだめという指導を受けているのに、アトピーは良くなるらないのです。もう非常につらい上、乳幼児というのは標準治療ではほと

んどお金がかからないはずなのですが、治療費用だけで月5万円かかる。

これはおかしいということで、私はいろいろ訂正をして、ちゃんとした治療を皮膚科ではやっていますよ。ガイドラインも出ていますよ。ステロイドに代わるプロトピックみたいな薬も出ていますし、皮膚が黒くなるというような誤った副作用を信じ込んでステロイドを使いたがらない人が多くて困っているの、そうじゃないということを強調していきましよう”というふうに書いたのですが、最終的には、何にも当たり障りのない、アトピーは最近ちよつと増えているみたいですね”と、それだけの非常に情けない記事になってしまいました。苦い経験です。

アトピーを標準治療、要するに、ちゃんとガイドラインに沿った治療をする、ステロイドを主体とした治療をするかどうか、子どもを例にとってみても、きち

gsk GlaxoSmithKline
生きる喜びを、もっと
Do more, feel better, live longer

花粉症、アレルギー性鼻炎の情報は▶▶▶
<http://biennet.jp/>

喘息の情報は▶▶▶
<http://zensoku.jp/>

グラクソ・スミスクライン株式会社
〒151-8566 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-6-15 GSKビル

TEIJIN

超超細繊維 (マイクロスター) 使用!
新色 サックスとローズ 発売中!

高密度繊維で、
ダニ・ホコリをシャットアウト!
安心・快適ふとんカバー!

マイクロガードくらしまサイエンス
www.kurashi-science.com

NI 栄人商事株式会社 ☎0120-396-451

ふとんから**ホコリ**が出るのはしかたがない
と思いませんか?

テイジングループの“**マイクロガード**”生地使用
ダニの侵入を防ぎ、ホコリを出さない

安心ふとん ピューリリスト
実用新案登録 第2537342号 第3047817号
薬品を使わないから、安心です。

お問い合わせは
安心ふとん「ピューリリスト」製造・発売元
安心ふとんカバー「マイクロガード」代理店

ヤサカ産業株式会社
(日本アレルギー学会賛助会員)

フリーダイヤル **0120-451-396**
<http://www.yasakasangyo.jp/>



江藤先生

んと良くなっています。食事制限しなければいけないアトピーの小児がそんなにたくさんいるでしょうか？確かにちよつとはいるかもしれないませんが、多くの人は普通に食事をしていいし、難治性と思って引きこもっていたアトピーの人だって、ちゃんと治療すれば良くなるのです。

私はアトピー教室で毎週患者さんに1時間くらいのレクチャーをしています。なぜドロドロのひどい状態の人がたくさん1990年代にいたのでしょうか。それは、ステロイ

ド忌避の患者さんが多かったのです。今でもステロイド忌避の方が少なからずいます。その患者さんが思っている副作用の代表を5つ挙げてみます。呼吸器のアレルギーの専門の先生に、「先生、この5つ(1)顔が丸くなる (2)骨がもろくなる (3)色が黒くなる (4)光に当たって異常な反応を起こして黒くなる (5)皮膚が象のように硬くなる、厚くなる)の中で、ステロイド外用剤でいちばん起こりやすい副作用、ちよつともいいから起こると思う副作用はどれですか」と言ったら、「(4

か⑤かな」とおっしゃいました。この①から⑤のうち、まれにもし起こるとしたら、どの副作用が起こり得るか。みなさん、どうでしょう。

これは皮膚科でないお医者さまや薬剤師さんでも結構間違えます。もし起こるとしたら上の2つ、塗り薬で起こる副作用は強力なステロイドを外用し続けると必ず起こってくるはずなのです。ですからもしあり得るとしたら、非常にまれですが、①と②です。

ある病院で、最強のステロイドを1カ月半も全身に塗っていたためにムーンフェイスになったという事例がありました。こんな使い方、われわれ皮膚科医は絶対にしません。ごく一部のちよつと特殊なお医者さまです。

③④⑤は全く起こり得ない副作用です。④と⑤について、ステロイドの外用剤の添付文書には色素異常とか書いてあります。炎症の後の色素沈着をまじめに記載したための誤解といえます。③④⑤は全くの嘘ということをぜひ覚えておいてください。

ある民間療法の記事の中には、「こうやってステロイドを10年ずつと使い、途中で皮膚が厚く、黒くなってしまう。ステロイドは皮膚を壊しているだけで、アトピーを抑えているからやめなさい」と書いてありました。みんな信じますが、絶対にあり得ないことです。ステロイド外用剤をしつかり塗れば良くなります。

使い方が中途半端なのです。ちよつと使つて良くなつてやめてしまう。やめたい、やめたいと思ひ腰引けになっていると、皮膚は中途半端な炎症を続けてまるで炭火のような燃

え方をする。色が黒く、厚く、じわじわといわゆる苔癬化というものを起こし、厚ぼつたく、黒くなるのです。

したがってメッセージの1は、「ステロイドで皮膚が黒くなる、厚くなることは絶対にならないのでしつかり使いましよう」ということになりません。

では、しつかりとした外用療法はどうやってやるのか。ランクもいろいろあるでしょうが、finger tip unitを心掛けること。指先に第一関節までのばして乗せた薬の量が0.5g、この量で手のひら2枚。ちよつど顔の大きさですね。そこにしつかり塗つた時のベトベト感をまず実感してください。メッセージの2、finger tip unitをしつかりやること。そうすれば必ず良くなります。

次にプロトピック軟膏(※主に顔面に使用する新しいアトピーの外用薬)というのはリンパ腫という病気になるのではないかと、怖いのではないかと、などという言われまますが、プロトピック軟膏の分子は822という大きい分子量。ステロイドの分子量は450くらいです。人間の皮膚には500を超えた分子量のものは入りにくいのです。ですから、822のプロトピックは正常な皮膚には入らない。したがって正常に近い良い状態、寛解期という良い状態を保つためには、ステロイドをずつと塗るよりは、プロトピックを塗つていけば、穴のあいたところだけをふさいでくれるような治療になる。プロトピック軟膏というものは、週2、3回塗れば十分に良い状態を保つてくれるのです。メッセージ3、「プロトピックは安全です」。メッセージの4番目は、ちゃんと治療して

GLOBAL EYE
 シェリング・ブラウは、21世紀の医療を見据えます。

人々の健康と幸福な未来のために
シェリング・ブラウ株式会社
 〒541-0046 大阪市中央区平野町2-3-7

TEIJIN

一人ひとりの
Quality of Lifeの向上。
 それが帝人ファーマの使命です。

帝人ファーマは医薬品と医療品の両分野から医療に貢献できるトータルヘルスケアを提供してまいります。

帝人ファーマ株式会社
<http://www.teijin-pharma.co.jp/>

ある程度良くなればステロイドは要らないということ。プロトピックも要らない。保湿剤だけでいい。スキンケアさえしていれば良いのです。メッセージ4、「良くなつてもスキンケアを継続しましょう」。

以上、私のメッセージ4つをぜひ覚えておいてください。

ご清聴ありがとうございました。
 (平成21年11月15日 日本アレルギー友の会講演会より、担当 岡田渉)

自分らしく生きるために

ぜんそくやアトピー性皮膚炎などの慢性疾患があると、結婚や恋愛に不安を持つ方もいると思います。そこで、病気を持つことの不安を乗り越えてめでたく結婚したお2人からのメッセージをお届けします。2人で支え合いながら生きる喜びが感じられると思います。

アトピー地獄を乗り越えて、アトピーに感謝

荻野美和子(31歳)

♥アトピー症状が見えない彼?

ステロイド忌避を5年半続けた末に、都内の病院に入院をしてのステロイド治療を始めてからもう3年。私にとって辛い過去は、すでに過去の話になったようです。なぜなら毎年10月になると、入院の日を思い出していたのに、早くも3年目ですっかり忘れていたからです。それでも、あの人生の変わりようを想うと、今の生活は「奇跡なのか」と思わざるを得ません。その奇跡とは、結婚。ひどかった3年前には考えもしなかったことが今年の夏に起きました。

彼との出会いは大学。とくにお互い恋愛感情はなく、大学でいちばん気の合う男友達でした。大学を卒業した年のクリスマスのこと。私の皮膚はズルむけで、浸出液がとめどなく出て、一日中ベッドから離れられなかった頃です。彼から電話をもらいました。

彼「おまえの家の近くにいるから外出て来い」
私「今は無理」

彼「いいから出ておいで、待っているから」
私「本当に無理」



幸せいっぱい

こんなやり取りをしたのを覚えています。いくら友達でも、男性である以上ポロポロの肌を見せることはできません。しかし、彼の「来い」に負けて、肌を極力見せない洋服を着て、外に出ました。家族以外の男性と顔を合わせて話すのは半年ぶりです。普通のきれいな肌だった時の私を知っているだけに、変わり果てた私の姿を見て、どんな表情を見せるのか何を言われるのか恐怖でなりません。しかし会うと私の予想は全くの外れ。彼は全く反応ナシ。大学時代と変わらぬ会話が始まりました。驚くほど普通の他愛もない話をして帰って行ったのです。「目が悪いのか?」と疑うほど普通の態度。けど彼が温かくて、元気をもらったのを覚えています。それから何度か私の地元に来ては、普通の会話だけして帰って行く……変わり果てた私



ご両親と

なのに、それに気付かないでいるかのようなふるまいをして毎回去って行くのです。その頃は、私を見て「大丈夫?」「どうしちゃったの?」と哀れむ人が多かっただけに、気にしない彼の存在は、私にとって少しずつ大きなものになっていきました。

♥アトピーに感謝!

アトピーが良くなり、すぐ彼と会いました。良くなった私を見て、ホッとしたような表情を見せ「本当に良かったあ」と一言。そこで初めて、本当はすごく心配してくれていたのだと気付きました。「この人なら、私が病気になるたとしても変わらぬ気持ちを持つてくれる人なのか」と、常に病気に隣り合わせだった私にとって、そう思わせてくれる人の存在は大きいものでした。そして彼とお付き合いすることに、一生できないと自分の肌を見て決め付けていた私でしたが「結婚」を決意したのです。

結婚式では、きれいになった私の素肌を両親にいちばん見て喜んでもらいたく、きれい

Good Chemistry for Tomorrow 田辺三井製薬

いのちの未来のために。

医薬品の創製を通じて、世界の人の健康に貢献します。 田辺三井製薬

Q&Aでアレルギーの疑問に答える医師と患者の対談録

Q&Aでわかる **アレルギー疾患**

「アレルギー体質は変わらない?」
「喘息の原因は?」

日常や医療の場で感じるさまざまな疑問に **好評発売中**
Q&A形式で **わかりやすく答えます!**

定価: 1,800円(税込)、年6回偶数月発行
年間購読料: 10,800円(税込) [送料弊社負担]

お申し込み: (株)丹水社 TEL: 03-3561-1323
<http://www.tansuisha.co.jp/>

「明るく、元気に、楽しく」
健康の健康にこそ幸せを感じたいですね。

アスゲン製薬株式会社
電話 (052)931-1212
<http://www.esgen.co.jp>

になった肌をうんつと魅せられるドレスを選び、結婚式を挙げました。結婚式は、1日で大金が飛んでいきますが、それ以上にたくさんの方から祝福をいただける最高の日です。

新居を構え、ほぼ家事をしたことのない私は、毎日がてんでこ舞い、一気に現実に戻りました。でも彼はアトピー性皮膚炎を理解してくれず。料理は、手がかゆくなって中断することもありますが、食器洗いをしてくれず。休みの日は、料理もしてくれず。お風呂から出た後は、背中にクリームも塗ってくれず。

今は、アトピー性皮膚炎でも何も不安はありません。なぜなら理解してくれる彼がいるから。

アトピー地獄を見て、彼と結ばれました。アトピーよ、ありがとう！

**自分らしく生きるために
ぜんそく患者の私の場合**

佐藤 瑞穂 (35歳)

今から15年前、成人という節目を迎えた私は大学病院にいました。8カ月という途方もない長い入院生活の最中でした。当然、結婚はおろか就職すらできなかったのです。親は「40を過ぎてこのまま実家にいるのではなか」と悲観し、未来が見えない自身に絶望していた頃でした。

しかし、その後状況は一変します。治療の効果がでて、あれほど苦しんだ大発作も出なくなりしました。上京したのはそれから3年後のことでした。

上京してから数年後のこと、あるアレ

ギー疾患患者向けの講演会で彼女と出会いました。実は以前からメールなどで交流はしていたのですが、実際に会ったのはその講演会が初めてでした。

初めて会った時、彼女は普通にふるまっていたが、肩が若干上がり下がりにして、私から見ると明らかに苦しそうでした。でも周りの人は誰もそのことに気付いていないようでした。そのため「ほかの人にはわからないかもしれないけど、僕には苦しいのがわかる



私にて発表する

りますよ」と声をかけたのが、初めての会話でした。当時、私のぜんそくはずつかり落ちて着いていましたが、彼女は闘っている最中でした。

その後、気付いたらいつの間にか付き合い合うようになっていました。おそらく互いにぜんそくで共感できる場所があったからでしょう。しかし、彼女は美容師、私はシステム・エンジニアで、休みが月1回しか合わず、なかなか会うこともできませんでした。それで

も、時間を見つけては沖繩や長崎など旅行に出かけ、2人だけの時間を無駄にしないように心がけてきました。

そして2005年6月27日、とうとう入籍しました。新居も妻の実家の沿線に確保して新しい生活がスタートしました。

また同じ年の10月10日には、私の地元、福島県郡山市で披露宴を行うことができました。私が妻に望んだのは、家に帰った時に「おかえりなさい」と言ってくれる暖かい家庭、ただそれだけでした。

結婚後も、妻のぜんそくは安定せず、時々入院することもあります。また、さまざまな疾患が出て、それが原因で入院することもあります。夫婦喧嘩するとすれば、妻の主治医を巡ってくだらぬでしょう。でも、妻は今の主治医を全面的に信頼して、信頼関係を築いているようです。日頃から「主治医との信頼関係が治療の第一歩」とほかの患者さんに説明している私にとって、とても大切だと感じていることを妻は自ら実践しています。

また、私も妻に支えられています。週末や平日の夜など、友の会の会議やイベントなどに追われて、家を留守にしがちですが、それでも妻は何一つ文句を言わずに私を待っていてくれます。そして疲れ果てて家に帰ると「おかえりなさい」と言ってくれます。これも妻がぜんそくや友の会のことを理解してくれているからでしょう。もし、結婚した相手が病氣知らずの健康な人だったら、私は「友の会か家庭か」という、究極の選択を迫られていたかもしれません。私にとって東京とは、友の会で活動するためにあるような存在なので、友の会を否定するということは、すなわ

NOVARTIS

輝くいのちのために

ノバルティス ファーマ株式会社

〒106-8618 東京都港区西麻布4-17-30
http://www.novartis.co.jp

ダイワボウ・信州大学
科学技術振興機構の共同開発

daiwabo

皮膚トラブルの原因を除去
ダニや花粉、ハウスダストのアレル物質を吸着

アレルキャッチャーAD

ベビー用カパーオール・長袖シャツ・8分丈パンツ・チューブサポーター

●カタログ・インターネットでお求めいただけます。

詳しくはこちら
アレルキャッチャーAD 専用ウェブサイト
http://www.allercatcher.com

ダイワボウノイ株式会社 機能製品部
TEL.06-6281-2411 http://www.daiwabo.co.jp/

ち東京で生活することを否定するようなもの。もし、家庭をとることを迫られた場合は、地元の福島に戻っていたことでしょうか。でも、妻のおかげで友の会と家庭を両立できているのだと思います。妻には本当に感謝しています。

私たちが2人は支え合って生活しています。お互いぜんそく患者であることは全く関係ありません。きっと、この関係は永遠に続くことでしょう。

顧問の先生からのメッセージ◆5

アトピー性皮膚炎の治療戦略

東京慈恵会医科大学皮膚科教室 中川 秀己先生

アトピー性皮膚炎治療ガイドラインでは薬物療法、スキンケア、個人個人の患者さんに合わせた悪化因子の検索と除去を治療の3本柱(日本皮膚科学会のものでは精神的サポートも含んでいます)としています。アトピー性皮膚炎の薬物療法としては、ステロイド外用薬、タクロリムス軟膏(商品名プロトビツク軟膏)を中心とした外用療法が皮膚炎の治療の主体となり、スキンケアでは保湿薬による外用療法が主体となります。このように外用療法が疾患のコントロールのために重要な意味を持つアトピー性皮膚炎患者さんにおいては、皮膚部位の中から患者さん自身が早く、良くしたい外用優先部位を決定することや、患者さんの生活パターンに合った外用指導を医師とともに考えていくことが、患者さんのQOL(生活の質)向上の上で重要となります。すなわち、疾患の自己管理に必要な治療アドヒアランス(治療方法を順守すること)の維持が欠かせないことは言うまでもありません。その上で急に悪化した症状を早期にコントロールする早期介入療法と、症状の改善を維持する維持療法を考えていかなければなりません。維持療法では、皮疹再燃防止のため再燃しやすい場所に間歇的(2日に1回ほど)に長期使用の安全性が確認されているタクロリムス軟膏を塗布する方法が効果を示し、世界的にも推奨されてきています。また、アトピー性皮膚炎患者さんでは生まれつき皮膚

の防御機能が低下していることが知られているので、良くなったと思っても毎日のスキンケアは良い状態を維持するためにも欠かせません。

外用療法だけでコントロールができない重症のアトピー性皮膚炎に対しては、シクロスポリン内服療法が用いられることがあります。成人型難治性重症アトピー性皮膚炎でQOLが著しく障害されている患者さんに、初期投与量3mg/kg/日前後から開始し、最大5mg/kg/日まで投与しますが、通常は3mg/kg/日前後で十分な効果を示します。とくに頑固なかゆみには速効性があります。原則として2〜3カ月投与し、症状が改善したら通常の外用治療に戻すことで、血圧の上昇や腎機能の低下などの副作用を避けることができます。

手間のかかる外用療法が治療の主体となるアトピー性皮膚炎患者さんに対して、われわれ医師は、皮疹部位、皮疹の程度、年齢に応じて適切な外用薬を選択しなければならぬのは言うまでもありませんが、患者さんの生活パターンに合った治療法(塗り方、塗る回数など)を提案し、一緒になって考えて、無理なく治療アドヒアランスを維持させることが治療の効果を高め、皮膚の良い状態を維持し、患者さんのQOLの向上に寄与することを常に念頭に置いて、われわれ医師は治療にあたるべきであると考えています。

お知らせ

ぜんそくとアトピー性皮膚炎患者のための講演会とQ&A

「ステロイドの正しい使い方を知ろう」

日時 平成22年5月23日(日) 12時半〜
場所 東医健保会館

(東京都新宿区南元町4番)

講演

「ぜんそく治療における吸入ステロイド薬の役割」

社会福祉法人同愛記念病院アレルギー呼吸器科部長 薫 康夫先生

「ステロイド外用薬を正しく理解し、上手に使いましょう」

東京女子医科大学皮膚科講師 常深祐一郎先生

パネルディスカッション

「患者の心理面について」

■このたび次の方々当会の会員になってくださいました。ありがとうございます。

佐藤 学様 埼玉県越谷市

岡崎 良子様 兵庫県尼崎市

■日本アレルギー友の会の運営費の一部に、次の方々よりご寄付をいただきました。ありがとうございます。

矢沢 八重子様 一、〇〇〇円

湯浅 貞雄様 二、〇〇〇円

荒川 潮乃様 三、〇〇〇円

山本 千鶴様 一、〇〇〇円



★講師紹介・Q&A司会・パネラー

関東中央病院アレルギー内科部長 坂本芳雄先生

東京通信病院皮膚科部長 江藤隆史先生

アレルギー治療はぜんそく・アトピー性皮膚炎双方とも気管支・皮膚の炎症を取り除くことが第一と定義されています。今回は抗炎症作用に優れたステロイド薬をテーマにお話をさせていただきます。講演最後に、講師・常任顧問と患者代表を交えて、患者の心理面などについてパネルディスカッションを行う予定です。講演後は好評のQ&Aを、ぜんそく・アトピー性皮膚炎に分かれて行います。また、今患者、医師などの間で評判の当会著書・小学館刊行の2冊の「患者だからわかるシリーズの使い方」コーナーを設けております。ぜひ、患者の目線で行われているこの講演会にご参加ください。(文責 編集部)

編集室

▼この季節になると日本特有の文化を感じる。花開く華やかな未来を感じさせたかと思うとすぐ散ってしまう儚さがやってくる。私がいちばん好きなのは散り際の一片がひらひらと舞うさまが優雅に感じる。みなさまは？(堀内)

▼アトピー性皮膚炎実践講座では診察の受け方の良い例、悪い例を演習しました。診察室に入っても何も言わず、皮膚も見せない人が結構いるのです。賢い患者になって医師からアドバイスを引き出しましょう。(丸山)