

4 月になり、東京は葉桜となり、新緑の季節に移り替わろうとしている。新しい年度が始まり、病院ではローテートの医師が入れ替わり、看護師や事務などのスタッフも交代がある。情性に流されがちな毎日をリセットして、気持ちを新たに新しい人たちをお迎えしたい。

今回は、痤瘡の治療について述べたいと思う。ガイドラインの策定に関わったものとしては、有効性のエビデンスが確立しているものとしていないものを仕分けすることは重要と考えている。エビデンスがあるものを優先するのは当然である。私のところには、アダパレン、過酸化ベンゾイル、外用抗菌薬、内服抗菌薬といった推奨度 A のエビデンスレベルの高い治療は一通り経験した患者が難治ということで紹介されてくる。ごくまれに嚢腫が多発している集簇性痤瘡や壊死性痤瘡の症例もあるが、99% は尋常性痤瘡である。推奨度の高い治療で改善しないはずはない。まず、前医からの処方と特に外用薬の使用法について確認する。特段の問題がなければ、肌質や面皰の状態などを観察し、洗顔や化粧水、乳液、保湿クリームなどの使用状況を含むスキンケアの方法を問診する。

最近、洗顔料を使用するのは夜のみで、朝は水洗いのみという方が多い。さらに、洗顔後、化粧水、乳液、保湿クリーム等を重ねることで過剰な保湿をしている患者が少なくない。「どう見ても脂性肌なので、1 日 2 回洗顔料を使って洗顔して、保湿はやめてください」とお願いして、1, 2 週後に拝見する。この時点では炎症性皮疹の新生が止まる程度であり、患者が問題としている炎症後紅斑は残っている。患者曰く、「赤みが取れていないので、全く改善なし」。どうぞ他院へと言いたいところだが、ぐっとこらえて、「治るまでには時間がかかるものです。新しいものができなくなったら、少しずつ赤みも取れてきますから大丈夫です。このまま続けてください」。次回 1 カ月後拝見すると、少し表情が柔らかくなり、悪くないのもう少し続けますとなる。

飲めばすぐに痤瘡の皮疹がなくなるような魔法の薬はない。難治だからといって、安易に未承認薬や未承認機器を使用した自費治療に進むのではなく、処方した薬の使い方やスキンケアの内容を確認することが一番で、大切と思っている。

(林 伸和)

— 顧 問 —

大原 國章 大塚 藤男

— 編集委員 —

土田 哲也 五十嵐敦之 相馬 良直 林 伸和 佐伯 秀久

「皮膚科の臨床」第 68 巻 第 4 号 4 月号 2026 年 4 月 1 日発行（毎月 1 回 1 日発行） 定価 3,300 円（本体 3,000 円＋税 10%） 年間購読料金 定価 51,480 円（本体 46,800 円＋税 10%） 〔年間 13 冊（臨時増刊号、増大号を含む）の誌代〕 〔年間予約購読者に限り送料無料〕	発行所 金原出版株式会社 発行者 前田 達也 〒113-0034 東京都文京区湯島 2-31-14 TEL 03(3811)7165〔編集室直通〕 TEL 03(3811)7184〔営業部直通〕 FAX 03(3813)0288 ホームページ www.kanehara-shuppan.co.jp 印刷所 三報社印刷株式会社 TEL 03(3637)0005 広告申込先 (株)文京メディカル TEL 03(3817)8036
--	--

- ・本誌に掲載する著作物の複製権、翻訳・翻案権、上映権、譲渡権、公衆送信権（送信可能化権を含む）、貸与権、二次的著作物への利用に関する原著作者の権利は、金原出版株式会社が保有します。
- ・教育機関、医療機関、企業などにおいて本誌を無断で複製すること（コピー、スキャン、デジタルデータ化など）は「私的使用」など著作権法上の限られた例外にはあらず、違法となります。また、限られた例外に該当する場合であっても、代行業者等の第三者に依頼して複製を行うことは違法となります。
- ・**JCOPY**＜出版者著作権管理機構 委託出版物＞
本誌の無断複製は著作権法上の例外を除き禁じられています。複製される場合は、そのつど事前に、出版者著作権管理機構（TEL：03-5244-5088、FAX：03-5244-5089、E-mail：info@jcopy.or.jp）の許諾を得てください。
- ・本誌を AI（人工知能）分野に関する用途で許諾を得ずに利用する行為は、当社の利益を不当に侵害する可能性があります。必ず事前に当社までお問い合わせください。