

皮心伝心

皮膚科医は乾燥バスターズであれ

私は日常診療において原因追究と患者さんへのスキンケア指導を重要視している。乾燥肌の患者を見つけると、“はい、○△さんをプロペトベタベタの刑に処して！”，とナースに依頼する。ひどいことをしているようだが、その詳細はのちに述べるとする。

医師としてむなしいのは、適切な薬を処方しても、患者が治らないことだ。日常遭遇する皮膚炎では患者の間違ったスキンケアが原因であることも少なくない。たとえば女性の顔の難治性皮膚炎の場合、朝夕しっかり石鹸で洗顔していたり、化粧水を頻繁につけて顔を自然乾燥させていたりなど、バリア障害だけによる皮膚炎も多くみかける。そのような患者はスキンケア指導とプロペトのみで完治する。手荒れや下腿の乾燥性湿疹も同様である。皮膚炎の裏に隠されている患者のスキンケア習慣を修正しなければ治せない。乾燥症状の患者に対しては、私は患者の好みは無視して必ずべたべたのプロペトを処方している。処方しただけでは患者は嫌がってつけないため、その場で看護師に実演指導をしてもらう。患者の手や下腿にプロペトをしっかりと外用するわけだが、普通につけただけでは乾燥した肌の上にベタベタの層がのっかった状態になり、不快なだけで症状も治らない。コツさえつかめばべたつかずにしっとりとした弾力のある肌にすることができる。とくに主婦湿疹には水をはじき、安全なため炊事などにも最適で、当院ではプロペト教の信者になった患者も大勢いる。具体的な指導方法は以下のとおりだ（ただし、過度な脆弱皮膚には摩擦の強さを加減する必要がある）。最初にプロペトを適量手に取り、手のひら同士を擦り合わせて摩擦熱でプロペトを溶かす。溶けたプロペトは満遍なく手などの皮膚全体にしっかりと力強く繰り返し揉み込む。体幹四肢では縦方向に前後ゴシゴシと擦るのではなく、円を描くように、皮膚線条に平行にマッサージするように外用する。そうすればプロペトが皮膚になじみ浸透し、皮膚の血流もよくなり、柔らかく弾力のある肌になってくる。強度乾燥肌に直接プロペトを外用すると強い刺激が生じるので、あらかじめ皮膚を水で湿らせてから外用するようにしている。手湿疹など強い炎症や痒疹を伴っていれば、プロペトを塗り終わってから局所にステロイドを外用することになっている。それでも十分効果は得られる。四肢の乾燥肌に対してはとくに冬季は入浴後、風呂場にプロペトを持ち込んで外用することを勧めている。最近では癌患者の抗EGFR抗体製剤などによる広範囲の乾燥肌に対してプロペトによる保湿指導を徹底しただけで、見違えるほど痒みが改善した例が増え、驚かされている。そちらのケアは病棟看護師の熱意の賜物である。

食物アナフィラキシーの皮膚感作も最近話題だが、清潔好きもほどほどに皮膚バリアを丈夫に保つことも重要だと思われる昨今である。

庄田裕紀子

（一般財団法人住友病院 皮膚科診療主任部長）