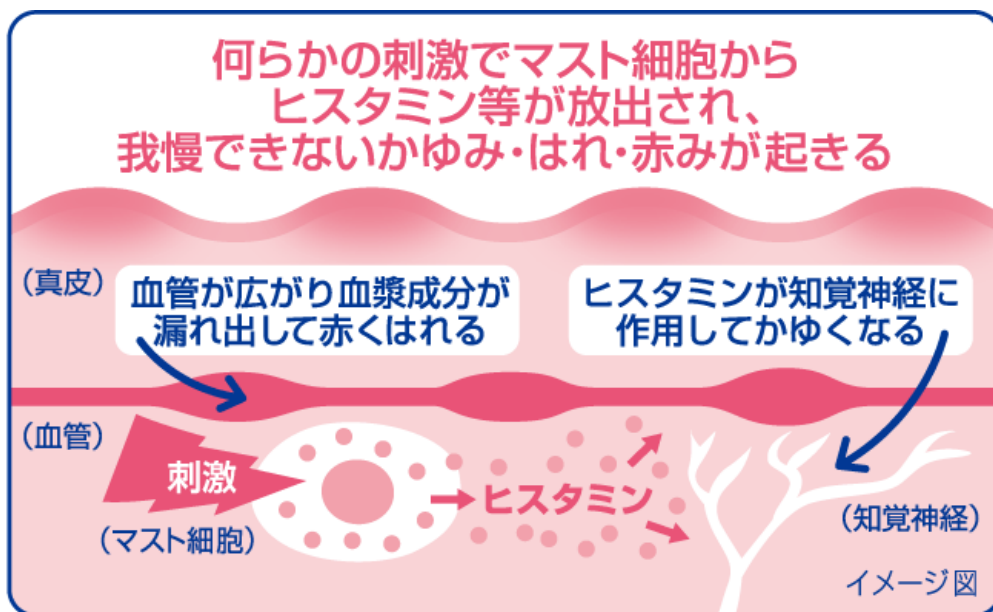




蕁麻疹（じんましん）

<蕁麻疹とは>

蕁麻疹は膨疹（赤く盛り上がったブツブツ）、すなわち紅斑を伴う一過性、限局性の浮腫が病的に出現する疾患で、痒みが強いのが特徴です。皮膚マスト細胞が何らかの機序により脱顆粒し、皮膚組織に放出されたヒスタミンを始めとする化学伝達物質が皮膚微小血管と神経に作用して血管拡張（紅斑）、血漿成分の漏出（膨疹）、および痒みを生じます。



<原因>

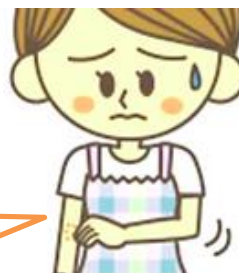
細菌やウイルスなどの感染、食べ物、疲労・ストレス、薬剤、運動など様々な刺激が原因となり、その人の過敏体質やからだの状態とが組み合わさって症状が起こると考えられています。ただし蕁麻疹すべてがアレルギー性とは限りません。

皮膚表面が機械的にこすれる、温熱や寒冷刺激を受ける、日光にさらされる、などによって出現する物理性蕁麻疹は、アレルギーとは関係がありません。物理性蕁麻疹は膨疹が小さいのが特徴で、1時間程度で消えることが多く、若い人に多い傾向があります。



<臨床症状>

症状は一過性ですが、数十分から数時間で消えるものや消退を繰り返しながら一日中続くものもあります。膨疹は、「円形」「楕円形」「線状」「花びら状」「地図状」などいろいろな形で出現します。症状が出始めてから4週以内に軽快する蕁麻疹を**急性蕁麻疹**、それ以上持続する場合を**慢性蕁麻疹**といいます。急性蕁麻疹は、特に子供では、一過性の感染に伴う場合によくみられ、多くは感染症に続いて蕁麻疹も消失します。慢性蕁麻疹は、多くが夕方から夜間にかけて症状が出現、悪化します。



<診断>

血液（特異的IgE抗体測定など）や皮膚（プリックテスト）の検査で、アレルギー性の蕁麻疹かどうかを調べることができます。しかしそれだけで蕁麻疹の原因のすべてを決定できません。そこで、症状や経過をみながら診断することになります。

慢性蕁麻疹は、詳しい検査を行っても、病気の全体像を説明し得る原因を特定できないのがほとんどです。



<治療>

蕁麻疹の種類にかかわらず、治療の基本は、原因・悪化因子の除去・回避とヒスタミンの働きを抑える抗アレルギー薬（抗ヒスタミン薬）を中心とした**薬物療法**です。まずはじめに、特定の食べ物など、**蕁麻疹の起こる原因が分かっているならば、できるだけ避けること**です。それに加えて、日常生活での疲労やストレスをためないこと、魚介類や肉類はできるだけ新鮮なものを口にすること、添加物や着色料の少ない食品にすること、が挙げられます。

「**急性蕁麻疹**」では、症状が軽く、かつ何らかの直接的な誘因によると疑われる場合は必ずしも薬物療法の必要はなく、そのまま様子を見る場合があります。症状が強い場合や2、3日以上症状の出没を繰り返している場合には薬物療法が考慮されます。

「**慢性蕁麻疹**」では、抗ヒスタミン薬の内服を継続することにより皮膚症状の出現を完全に抑制することを目指します。ただしお薬の効果には個人差があり、効き目が現れるのに3～4日を要することや、場合によっては週単位で症状が軽くなることもあります。

原因を取り除く

抗ヒスタミン薬



<参考>

秀 道広ほか：蕁麻疹診療ガイドライン，日皮会誌，121:1339-1388，2011

古江増隆：蕁麻疹のおはなし

https://www.bayer-hv.jp/hv/files/pdf.php/170202_CLA-15-0014_new.pdf?id=180e94ae3dd773cd3b208421ffc7b4b2

井上病院附属診療所 健診センター

文：医師 和田 正明

