

# じんましん

## 1 Medical Check!

じんましの主な原因はアレルギー、  
そう思っていないませんか？  
実はこれは大きな間違い。  
大半が原因不明なのです。

### じんましんって どんな病気？

漢字では「蕁麻疹」と書きます。特徴は、一過性であること、かゆみがあること、浮腫(むくみ)を伴った紅斑(赤みを帯びた発疹)、膨隆疹(皮膚が盛り上がった発疹)ができることなど。通常は、掻くなどの刺激を与えず放置しておけば、数時間で消えます。肥満細胞(マスト細胞ともいう)の中にはさまざまな化学物質がありますが、何らかの要因でこれらの物質が放出されると、毛細血管を拡張させるなどして炎症を引き起こします。これが、じんましの現象です。



澄川たかだ皮膚科クリニック  
札幌市南区澄川6条4丁目11-10  
tel.011-820-1200

院長 高田 知明 先生

北海道大学医学部医学科、札幌医科大学大学院医学研究科博士課程をそれぞれ卒業。北海道大学医学部附属病院(現北海道大学病院)第二外科および道内関連病院、札幌医科大学附属病院皮膚科勤務を経て「澄川たかだ皮膚科クリニック」開院。日本皮膚科学会認定皮膚科専門医、日本外科学会認定外科専門医。

### イラスト未着

#### 原因はどんなこと？

アレルギーが原因と思われている方が非常に多いようですが、実際には70%前後は原因が特定できない「特発性じんましん」です。つまり、原因がわかっているのは30%ほど。アレルギー性のじんましんは、さらにその一部です。みなさんが考えているよりもずっと少ないのです。

診断の際には、まず症状が出たときの状況を聞き取ります。そして原因が見当たらない場合は採血を行います。アレルギー性かどうかを確認します。アレルギー性であることが否定されれば、原因がわからない特発性ということになります。

#### どういう状態になるの？

まず、かゆみがあります。そして、毛細血管の拡張により血流が多くなり、血管の中から血漿成分がしみ出して「浮腫(ふしゅ)」という、むくみの症状が起きます。これによって、皮膚が赤く盛り上がった状態になるわけです。中には「コリン性」といって、患部が全体的に盛り上がるのではなく、赤い点が散らばったように出るケースもあります。

#### 治療法を教えてください

かゆみがあると、どうしても掻いてしまいがちになるので、内服薬

していましたが、Aが効かなければこれを倍量にするという方法が、最近では常識になってきました。それでも効かない場合は系統の違うB薬を投与しますが、A薬2錠を4錠にしたら効いたとか、以前と同じようにB薬を2錠追加しても治らなかつたものがA薬4錠で治ったという事例も増えており、改善率は上がっています。

#### 気をつけたいこと

「良くなった」と自分で判断して通院をやめたり、薬の服用を中止してしまわないことです。治ったと思っても通院をやめたが、再発して別の病院に行くという悪循環を繰り返し、転々と病院を変える方もいます。

十二分に時間をかけて説明しても、なかなかこの点は改善されないのが医師としても残念なところです。そのために、原因不明の特発性じんましんは難治性の疾患にもなっています。しかし前述したとおり、特発性じんましんは薬が効くという特徴があるので、医師の話をちゃんと聞いていただければ、再発しないように治すことは可能なのです。

### 体質の見分け方

指先で腕などを軽く掻いてみて赤い筋が残ったら、じんましん系の体質をもっていると考えられます。赤みがさすのは血管が拡張している証拠で、掻いた後にすぐ赤くなるなど出るスピードが早いほど体質的には濃厚で、ミミズ腫れのように皮膚が盛り上がる人は完全に、じんましの体質になりかかっているといえます。治療をして良くなってくると赤い筋の出方が遅くなるので、患者さんにもわかりやすい確認方法です。ちなみに、アトピーの人は血管が収縮して白い筋が残ります。

## じんましの分類と種類

大きく分けると2つ。何度も繰り返しますが、原因のわからない特発性と原因が特定できるじんましんがあります。さらに特発性は、1ヵ月以内に症状が治まる「急性じんましん」と、1ヵ月以上続く「慢性じんましん」に分けられます。もう一方の原因側わかるものについては、アレルギー性と非アレルギー性に分けられます。原因については表を参照ください。ただし、例えば自分では猫アレルギーだと思っても、実は猫そのものが誘因ではなく、猫にくっついてる別のものが悪さをしていたり、何かを食べた後に運動をするなど複合的な誘因で引き起こされる場合も多くあります。

通常は赤く盛り上がった状態が面的に広がりますが、「コリン性」といって発汗が誘因となるじんましんでは、1〜2ミリくらいの赤い小さな湿疹が点々と出ます。

### じんましの主な病型と誘因

	病型	誘因
特発性のもの	急性じんましん	不明
	慢性じんましん	不明
症状の誘発が可能なもの	アレルギー性じんましん	抗原の侵入(摂取)
	食物依存性運動誘発アナフィラキシー	運動+特定食物
	イントレランス	非ステロイド性抗炎症剤、人工色素、防腐剤など
	イントレランス以外の非アレルギー性じんましん	食物、薬剤、環境物質など
	物理性じんましん	機械的刺激、寒冷、日光、圧迫、温熱、水との接触、振動
	コリン性じんましん	発汗刺激
	接触じんましん	抗原物質、薬剤など
特殊なじんましん または じんましん類似疾患	血管性浮腫	
	じんましん様血管炎	
	振動じんましん(振動血管性浮腫)	
	色素性じんましん(肥満細胞症)のダリ工病徴候	

出典:「皮膚科学」文光堂刊

### 出てしまったときの応急処置

患部を掻くなど刺激を与えると、症状を広げてしまう可能性があります。といって、市販のよくわからない薬は塗らないこと。かゆみを抑えるには、患部を冷やす方法も有効です。掻かずに放っておけば一旦は消えるはずですから、できるだけその状態を保って、なるべく早く皮膚科にかかってください。

●**内服薬の倍量投与**  
以前はAという薬が効かなければ、B、Cと単純に薬の種類を増や

●**予防的投与**  
症状がなくなっても薬を飲み続けることで、再発率が10分の1に減ることが確認されています。例えば1週間患ったら、治った後も予防的に1週間飲む。発症して1ヵ月以内なら1ヵ月間など、患った期間が長いほど予防的期間も長く取ります。

●**原因がわかっているものはその誘因を除去**。特発性の場合特徴として、原因は特定できないのだけれど、抗アレルギー剤が効きやすく、これによって治りやすいということがあります。原因を調べてもわからないが、わからないまま薬を飲んで治ってしまう病気ともいえるわけです。

●**常識化しつつあり、効果を現している投薬法に次のつづがあります**。

●**原因がわかっているものはその誘因を除去**。特発性の場合特徴として、原因は特定できないのだけれど、抗アレルギー剤が効きやすく、これによって治りやすいということがあります。原因を調べてもわからないが、わからないまま薬を飲んで治ってしまう病気ともいえるわけです。

●**常識化しつつあり、効果を現している投薬法に次のつづがあります**。

●**原因がわかっているものはその誘因を除去**。特発性の場合特徴として、原因は特定できないのだけれど、抗アレルギー剤が効きやすく、これによって治りやすいということがあります。原因を調べてもわからないが、わからないまま薬を飲んで治ってしまう病気ともいえるわけです。