



## 「蕁麻疹について」

蕁麻疹とは、激しいかゆみを伴い、皮膚が蚊に刺されたように、赤くなり腫れ盛り上がる病状です。地図のように不規則な形や米粒くらいの円形の大きさなどいろいろな形状になります。消えてもまた違う場所に出現することが多く、体にできる部位も一定ではありません。また、夜にだけ出現することもあります。発疹が4週以上にわたって繰り返し続く場合は慢性じんま疹と呼ばれています。皮膚の真皮にある肥満細胞がヒスタミンという物質を作り出し、かゆみとともに毛細血管が拡張して、血管の透過性が高まり、皮膚の浮腫を起こさせ、皮膚を盛り上げさせます。

### 蕁麻疹（じんましん）の原因

原因は、食べ物、ハウスダスト、精神的なストレス、日光、圧迫摩擦などの物理的刺激、薬、ウイルスや細菌による感染症など様々なものがあります。薬や食べ物が原因となる場合はアレルギー性のことが多く、再度、原因の薬や食べ物を摂取すると、繰り返し症状が出現します。しかし、それ以外の場合は、じんま疹が出る仕組みははっきりとわかっていませんし、8割は特定できないと言われています。

### 蕁麻疹（じんましん）の症状

蕁麻疹の多くは、強いかゆみとともに身体の部位に、赤みがかった、みみずばれのような発疹が急に出現します。かゆみが強いのかくと、蚊に刺されたように、引っかいた部位がみみずばれのように腫れることもあります。じんましんの症状には、焼けるような熱さやどうしようもないくらい強いかゆみを感じることも多いのですが、実は皮膚に症状が出ていても、かゆみをあまり感じないこともあります。

### 蕁麻疹（じんましん）の診断・検査

蕁麻疹は原因が不明のことが多いですが、アレルギーや内臓の異常が原因でないか調べるため、血液検査を行うこともあります。また、皮膚をこすると、膨疹が誘発されることも特徴的です。

### 蕁麻疹（じんましん）の治療法

蕁麻疹の治療法は薬物療法が中心になります。原因を確定することが難しいのですが、抗ヒスタミン薬、抗アレルギー薬が、主な治療法です。症状が出なくなるまで、内服を続けてもらい、自然に治るのを待ちます。抗ヒスタミン薬はじんましんの原因物質であるヒスタミンを出しにくくして、出てきたヒスタミンも血管に行き届かないように抑制する薬です。症状が強い場合はステロイド薬を飲むこともあります。1週間前後の内服が終了し改善がないようなら、薬剤を追加して調節します。じんましんの原因は特定できなくても、身体に何らかの不調がある場合、漢方の併用が効果的なこともあります。ご希望の方は北山院の漢方外来にお越しください。

### 蕁麻疹（じんましん）の日常生活の注意点

辛いものを食べたり、アルコールの飲みすぎは皮膚の血行をよくして、かゆみが強くなるため控えたほうがよいです。また皮膚は入浴して体が温まると痒みが増すので、シャワーにしましょう。

### 蕁麻疹（じんましん）の注意点

かゆみを伴うため、掻いてしまうと、痒みを誘発するヒスタミンが増えて余計に蕁麻疹が広がり繰り返すこともあります。かゆみの悪循環にならないように、医師から指示された内服薬を続けることが大切です。



正しいサンブロック、できていますか？

## 紫外線対策

紫外線吸収剤フリー！  
メチルパラベンフリー！

美容成分  
たっぷり！

Dr. KUMIKO  
サンスクリーン  
定価 3,024円

肌を  
荒ら  
します！



こんなサンスクリーンには注意！

- ・SPFが高いもの
- ・白うきしない！が売り
- ・スプレータイプのもの

実は、このタイプは  
紫外線吸収剤が  
入ってるんです。

Dr. KUMIKO  
サンスクリーンは  
成分が肌に優しく  
安全

顔が塗り終わったら  
残りは手の甲に！！

大切なのは  
SPFの高さより  
しっかりと  
塗ることです。

効果を出すには  
500円玉大が  
1回分です。

塗ってすぐは  
白さが残りますが  
時間が立てば  
肌になじんで  
ファンデーションも  
重ねれば問題ありません。

塗らなければ  
日焼け止めの  
お直しは？

朝塗った3時位には  
塗り直しが必要で  
す。

Dr. KUMIKO  
フェイスパウダーは  
紫外線も防いで  
簡単に直し  
できます。

汗をかいても  
塗り直し♡

サンスクリーンは  
1ヶ月でなくなるのが  
ベストです！

塗って  
しっかり  
防ぎ！

日焼け止めの  
お直しは？

朝塗った3時位には  
塗り直しが必要で  
す。

Dr. KUMIKO  
フェイスパウダーは  
紫外線も防いで  
簡単に直し  
できます。

汗をかいても  
塗り直し♡

サンスクリーンは  
1ヶ月でなくなるのが  
ベストです！

塗って  
しっかり  
防ぎ！

今ならサンスクリーン (UV) 1本 10%OFF2,720円 2本 20%OFF4,830円



Twitter 四条烏丸分院の当日の予約の空き情報がわかります！  
@kumikoclinicsk #くみこクリニック



くみこクリニックはおかげさまで10周年を迎えます。  
**10**周年記念パーティー

2018年10月18日(木) 12:00~14:30  
(受付11:30~)

—場所— THE SODOH HIGASHIYAMA KYOTO (THE TERRACE)

参加特典があります！  
予約等の詳細は後日

お一人様 お食事付 5,000円(税抜) ペア割・前売り割あり。