

# 医の現場

## アトピー性皮膚炎の学校

### アトピーカレッジの日程例

各講義は1~2時間  
8日目以降は看護師の指導で薬を塗る練習もある

月	火	水	木	金	土	日
			1日目 入院 医師の回診	2日目 講義「アトピーはなぜ起こる？」(医師)	3日目 休講	4日目 休講
	5日目 「アトピー性皮膚炎で使う薬」(薬剤師)	6日目 「アトピーに良い食事」(栄養士)	7日目 「ストレスマネジメント入門①」(臨床心理士)	8日目 「外用薬の塗り方と退院後の生活」(看護師) 医師の回診	9日目 「アトピーの治療について」(医師)	10日目 休講
	12日目 休講 (採血などの検査、外泊など)	13日目 休講	14日目 「ストレスマネジメント入門②」(臨床心理士) 退院			

薬の種類や使い方を説明。抗アレルギー薬や漢方薬、日焼け止めの選び方なども

色の濃い旬の野菜や青魚を薦め、栄養はサプリメントより食品で取るよう指導

原因や治療に対する不安や疑問を受け止め、誤解を解消

ストレス対処法やリラックスできる呼吸法などを指導。座談会などで体験を語り合う

薬をまんべんなく塗る方法、かゆみ対策や、退院後の注意点などを学ぶ



講義では、医師や薬剤師らが不安や誤解を丁寧に説明し、患者の意識改革を図る



看護師が1日2回、薬の塗り方を指導

### 塗り方のコツ



- 手のひら2枚分の面積に0.5%を塗るのが目安
- 手のひら全体で滑らせるように広げる
- こすらず、すりこまない
- 膝や肘は伸ばして塗る

Aさん(大阪在住・20歳代男性)のケース



生後すぐ アトピー性皮膚炎を発症

幼少期 地元クリニックに通院。ステロイドを使い始める

高校生時代 症状の軽快・悪化を繰り返す。「ステロイドでは一時的にしか良くならない」と使わなくなる

2016年 1月 クリニックから「ここではどうにもならない」と大阪はびきの医療センターを紹介される

3~4月 同センターに入院し、アトピーカレッジを受講。退院後、ステロイドを1日1回塗り、月1回通院。「しっかり眠れて、ストレスがなくなり気持ちにも余裕ができた」

5月以降 家電量販店で働き始める。ステロイド塗布を徐々に減らし、1週間に1回、通院を3か月に1回に

19年 11月 通院終了。「仕事も趣味もアクティブになった。ここまで治り、感謝しかない」

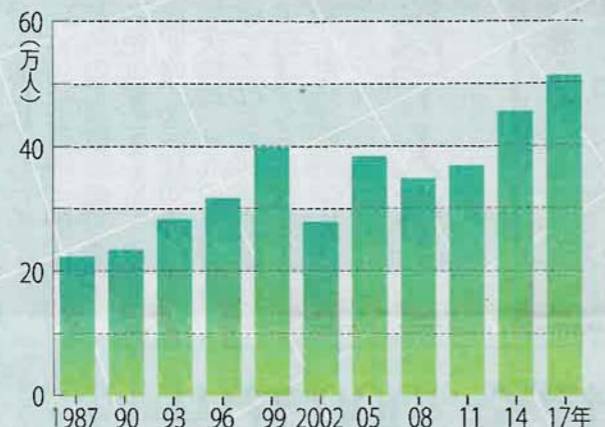


入院時 2年後

(画像は片岡主任部長提供)

### アトピー性皮膚炎の患者数推移と年齢層別患者数

(厚生労働省の2017年患者調査より作成)



+α 30年前の2.3倍

厚生労働省の2017年患者調査によると、アトピー性皮膚炎の患者数は推計51万3000人で、30年前の約2.3倍に増えた。年齢層別で見ると乳幼児が最も多いが、患者全体では成人が6割を占める。ステロイド外用薬は、日本皮膚科学会が治療ガイドラインで「治療の基本となる薬剤」と位置づけている。

子どもの頃に発症したアトピー性皮膚炎に、大人になっても悩まされる人は多い。治療を巡っては1990年代、炎症を抑えるステロイド外用薬の副作用が取りざたされ、不安や疑念から必要量を使わずに悪化する患者が続出。医療現場も混乱し、「脱ステロイド療法」が広がったほか、医学的根拠の不明な民間療法も横行した。そんな状況を改善しようと、大阪はびきの医療センター(大

阪府羽曳野市)が2009年に始めた先駆的な取り組みが、入院治療と患者教育を兼ねた「アトピーカレッジ」だ。原則2週間の入院で集中的に治療しながら医師や薬剤師、臨床心理士の講義を受け、病气や薬に対する理解を深める。患者は全国から集まり、卒業生は計約1500人にも上る。Aさん(20歳代男性)もその一人。様々な民間療法を試みたが悪化を繰り返して苦しんだ末、

ここにたどり着いた。カレッジは、開校直前の08年に保険適用された「T.A.R.C検査」で、同年登場の「プロアクテイブ療法」の二つを軸とする。T.A.R.Cとは血中成分の指標で、見た目ではわからない炎症の度合いを判断できる。プロアクテイブ療法は見た目が良くなってステロイドなどを一定期間、回数減らしながら使い続けて症状の再燃を防ぐ治療法だ。センターによると、重症で入

院した受講生の6割以上の経過が2年後も良好だったという。Aさんもちゆみや皮膚炎が治まり、退院後すぐに就職。「アトピーは治らない、軽くするしかない」という考えがひっくり返された」と笑顔で話す。片岡葉子・皮膚科主任部長は「長年苦しんできた患者さんの炎症を2週間で正常レベルに戻し、良い状態を維持することで、今も根強い治療への不信感を打ち破りたい」と力を込める。

# 正しい治療と知識で「治る」