

## 蕁麻疹(じんましん)

山本組合総合病院 皮膚科

矢島 晴美

「いらくさ」という植物があります。漢字で「刺草」「蕁麻」と書き、俗名「いたいた草」です。学名は *Urtica thunbergiana* という(いらくさ)科が *Urticaceae*、刺毛に蟻酸が含まれていて不用意に触れるとちくちくしたみみずばれができるので、同じような症状の病気を蕁麻疹(*Urticaria*)と呼ぶようになりました。

と心配します。

実際には、ほとんどの蕁麻疹(全体の70〜80%)は、風邪気味や寝不足、過労などの体調不良が原因やきっかけとなるといわれています。これを「特発性蕁麻疹」といいます。

次いで多いのが、「物理性蕁麻疹」で、機械性蕁麻疹(こすったりする刺激によるもの)、寒冷蕁麻疹(冷水・冷風などで体が冷えること)、日光蕁麻疹(日光にあたること)、温熱蕁麻疹(温熱で皮膚が暖まること)などが含まれます。これらが約10%といわれています。

入浴や運動・精神的緊張による発汗刺激によっておこるものは「コリン性蕁麻疹」といい、これは6.5%くらいです。

食物による蕁麻疹はそれほど頻度が高いわけではありません。大人の場

合、食物・薬剤・植物などを

含めた「アレルギー性の蕁麻疹」は5.4%(約20人に1人)です。ただし、15歳未満の子どもに限ると、「アレルギー性の蕁麻疹」は約22%(約5人に1人)に及び、このうち半数が「食物依存性運動誘発アナフィラキシー(特定の食物をとった後2〜3時間以内に運動すると、蕁麻疹・気分不良・呼吸困難などの症状をおこす)」であったという報告があります。

その他、特殊な蕁麻疹として、唇や眼瞼などが突然腫れ上がり2〜3日続く「血管性浮腫」や、蕁麻疹が消えた後に色素沈着が残る「蕁麻疹様血管炎」などがあります。

蕁麻疹の原因をみつけだし、それを取り除くことが治療の基本ですが、蕁麻疹の原因を特定することは困難な場合が多い

です。明らかな誘因がある場合はそれを取り除き、

一般的な増悪因子である飲酒・解熱鎮痛薬・温熱・精神的ストレスなどを避けるようにします。日常みられる多くの蕁麻疹は、抗ヒスタミン薬が第一選択の治療薬となりますので、医師の指導のもとに気長に内服することで症状が軽快します。1ヶ月以上続く「慢性蕁麻疹」でも、徐々に症状が軽減し、最終的に症状の出ない状態を保つことでほとんどのものはやがて治りますので、根気よく治療を続けましょう。

です。明らかな誘因がある場合はそれを取り除き、一般的な増悪因子である飲酒・解熱鎮痛薬・温熱・精神的ストレスなどを避けるようにします。日常みられる多くの蕁麻疹は、抗ヒスタミン薬が第一選択の治療薬となりますので、医師の指導のもとに気長に内服することで症状が軽快します。1ヶ月以上続く「慢性蕁麻疹」でも、徐々に症状が軽減し、最終的に症状の出ない状態を保つことでほとんどのものはやがて治りますので、根気よく治療を続けましょう。

