

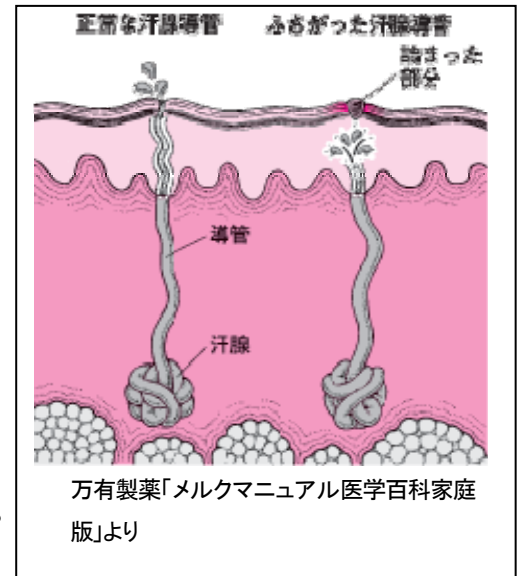


## あせもとは・・・

あせもは、夏に多い皮膚の病気です。汗疹(かんしん)とも呼ばれます。汗をよくかく、赤ちゃんやお子さんに多い疾患ですが、大人の方でも「あせも」に悩まれている方もいます。今月号は「あせも」についてです。

### あせもは何故できるのか？

暑くて汗をかくとき、汗が十分に流れ出れば問題はないのですが、汗が出る管(導管)の出口が何らかの原因で詰まってしまうと、汗が皮膚の中にたまってしまいうために起こります(右図参照)。



### あせもには「赤いあせも」と「白いあせも」がある

よく起こるあせもとしては、2種類あります。

#### ● 白いあせも(水晶様汗疹; すいしょうようかんしん)

皮膚の最も浅いところのできる、透明な小さな水泡(みずぶくれ)。かゆみ、痛みなどの症状はない。

#### ● 赤いあせも(紅色汗疹; こうしょくかんしん)

白いあせもより皮膚の深い部分のできる。赤いブツブツができて、かゆみがある。

### 予防するには

#### 皮膚を涼しくし、乾燥させ、清潔に保つようにしましょう

- 汗をかかないように涼しくする。風通しをよくしたり、クーラーなどを有効に使いましょう(赤ちゃんには、クーラーの使いすぎは、寝冷えの原因、体温調節機能の低下につながるので注意)。
- 汗をかいたら、ぬらしたタオルで汗を拭き取ったり、シャワーを浴びるなどして、汗を残さない。
- 衣類は吸湿性の優れた木綿類などがよい。1枚薄着にしてみる。

### あせもの治療

軽症であれば、しばらく様子を見ましょう。症状が増してくるようであれば受診してください。

#### あせもの治療に使われる主な薬

##### ① 病院から処方される薬

かゆみを抑える抗ヒスタミン薬の塗り薬(レスタミンなど)  
患部を保護し炎症を和らげる塗り薬(サトウザルベ、カラミンなど)  
弱いステロイドの塗り薬など

##### ② 市販薬

抗ヒスタミン薬の塗り薬や患部を保護して炎症を和らげる薬が配合されたものが多数あります。また、炎症を抑える作用のある「桃の葉」を含むものや、漢方薬の紫雲膏を含む塗り薬もあります。