



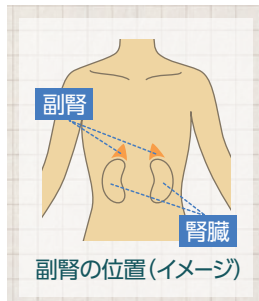
ステロイドの塗り薬について



「ステロイド」とは？

ステロイド薬の成分は、私たちの体の中でも作られている「副腎皮質ホルモン」と同様です。

副腎皮質ホルモンは、腎臓の上部にある「副腎」という臓器(右図)の外側の部分、「皮質」と呼ばれるところで、コレステロールから作られています。炭水化物、脂質、タンパク質の代謝に関わっているほか、炎症、免疫、アレルギーを抑えるなど、様々な働きをしています。



ステロイド薬の成分は、体で作られるホルモンを原料にしていてではなく、人工的に合成したのですが、体で作られるホルモンと同様に、炎症、免疫、アレルギーを抑える働きがあり、炎症が原因の病気、免疫系の病気、アレルギーの病気など様々な病気に広く利用されています。

ステロイド薬は、飲み薬、塗り薬、吸入薬、目薬、坐薬...など、いろいろなタイプの薬に利用されていますが、ここでは、**ステロイドの塗り薬**について取り上げます。

ステロイドの塗り薬にはどのようなものがあるか

ステロイドの塗り薬は、皮膚の炎症をしずめ、赤みや腫れをとります。多くの皮膚疾患に使われることがあります。

ステロイドの塗り薬が使われる疾患の例^{1), 2)}

接触皮膚炎 (かぶれ)	刺激物やアレルギーを起こす物質に触れた部分が赤く腫れたり、ブツブツや水ぶくれになったりする。痛みやかゆみを伴うことが多い。
アトピー性皮膚炎	強いかゆみを伴う慢性的に経過する湿疹。乾燥やバリアー機能の低下がある皮膚に、様々な刺激やアレルギー反応が加わって生じると考えられている。顔や首、関節の周囲などやわらかい皮膚にできやすい。
脂漏性皮膚炎	頭部や顔など皮脂の多い部位や、わきの下や股など汗をかく部位にできる湿疹。かゆみは強くない。
痒疹	虫刺されのようなかゆいブツブツがいくつもできる。夜も眠れないほどかゆくなることもある。
皮膚掻痒症	かゆそうな病変はなににもないのに体中がかゆくなる。

かんせん 乾癬	頭、肘、膝などに、赤く盛り上がったうろこ状の斑点ができる。かゆみや爪の変形が起こることもある。
ケロイド	皮膚が赤く盛り上がった状態。炎症や外傷によって起こる。火傷の跡に起こる場合もある。
虫さされ	虫に刺されて起こる皮膚の炎症。虫によって、かゆみ、痛み、腫れなど症状が異なる。
円形脱毛症	髪の毛が円形に抜けてしまう病気。抜ける範囲が広がることもある。免疫が誤って自分の毛根に対して攻撃してしまうためと考えられている。

ステロイドの塗り薬は、「最も強力なもの」から「弱いもの」まで5段階に分類されています。

また、同じ薬を使っても、体の塗る部位によって皮膚からの吸収のしやすさには差があります。

さらに、薬のタイプもいろいろで、軟膏、クリーム、ローション、スプレーなどがあります。症状や塗る部位などに応じ、医師がこれらを使い分けるので、指示された通り正しく塗るようにしましょう。

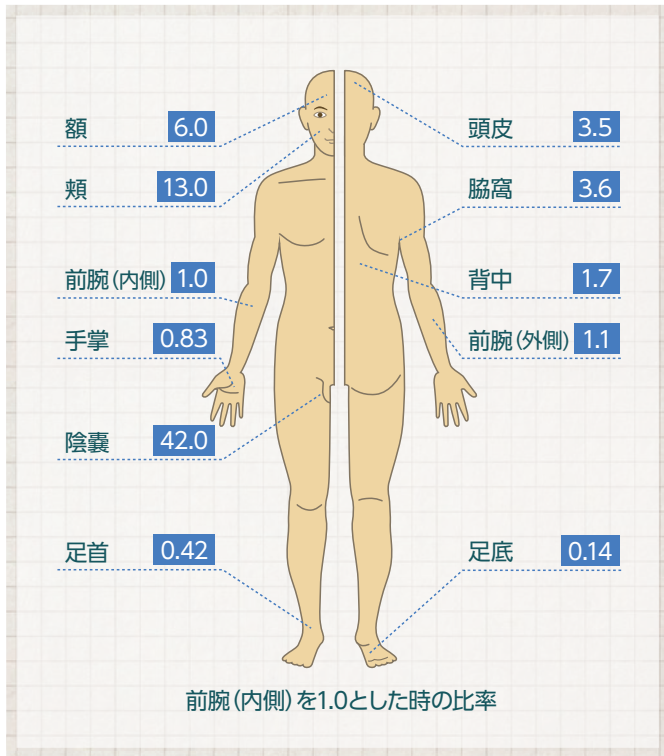


主なステロイドの塗り薬

ステロイドの強さ	主な薬
最も強力 (ストロングエスト)	デルモベート、ジブラール、ダイアコート
非常に強力 (ベリーストロング)	トプシム、フルメタ、リンデロンDP、アンテベート、マイザー、ネリゾナ、テクスメテン、ビスダーム、パンドル
強力 (ストロング)	メサデルム、ボアラ、ザルックス、エクラ、リンデロンV、ベトネベート、フルコート
中程度 (ミディアム)	リドメックス、レダコート、アルメタ、ロコイド、キンダベート、グリメサゾン、オイラゾン
弱い(ウィーク)	プレドニゾロン

※あくまでも、ステロイドの作用の強さによる分類で、製品の効果を示すものではありません。

■ 体の各部位のステロイドの吸収のしやすさ³⁾



※顔(頬)や陰部(陰囊)などは皮膚が薄くステロイドに敏感なので、マイルドなもの(強力以下のもの)がよく使われる。逆に、足底など、皮膚が厚く硬い部分は、より強力なステロイドが使用される傾向にある。

■ 塗り薬のタイプ別の特徴

タイプ	特徴	べたつき	刺激性	持続性
軟膏	刺激性が少なく、いろいろな状態の皮膚に細かい箇所にも塗りやすい。患部を保護する効果に優れる。	大	小	大
クリーム	軟膏に比べて柔らかく塗りやすく、べたつきが少ない。広範囲に伸ばしやすい。ジクジクした部位には適さない。	中	中	大
ローション	頭皮など毛が生えた場所や、細かい箇所にも塗りやすい。乾きやすい。	小	大	中
スプレー	手を汚さずに塗れる。広い範囲に容易に塗れる。	小	中	小

ステロイドの塗り薬を使う際の注意事項

- 塗り薬は塗る回数が決まっています。塗る回数が少ないと十分な効果が得られないことや、逆に、塗る回数が多くても期待される効果が得られないこともあり、場合によっては副作用が出ることもあります。また、いつ塗るのか(塗る時間帯)医師から指定される場合もあります。薬が処方されたら、医師、薬剤師に確認しておきましょう。
- ステロイドの塗り薬は、通常の使用量では、飲み薬のような全身性の副作用が問題となることはまずありません。一方、自己判断で急に使用を中止すると皮膚の炎症が再燃することがあります。医師の指示に従い、正しく使用しましょう。
- 塗る前には、手をしっかりと洗って清潔にしてから塗りましょう。汚れた手で塗り薬を扱うと、患部だけでなくチューブの薬も汚染させてしまいます。

Q. どのくらいの量を塗ればよいですか？

ステロイドの塗り薬に多く使われている5gチューブや10gチューブの場合は、人差し指の先端から第一関節までチューブから押し出した量が0.2~0.3g程度になります⁴⁾。その量で、手のひらの面積約1枚分に塗ることができます。一方、ローションの場合は、1円玉大に出した量が約0.5gになります。その量で手のひらの面積2枚分に塗ることができます。どのくらいの量を塗ればよいかの一つの目安にしてください。※なお、保湿剤などで使われている25gや50gの大きいチューブでは人差し指の先端から第一関節まで出した量が約0.5gになり、手のひらの面積約2枚分に塗ることができます。

Q. 保管はどうすればよいですか？

ステロイドの塗り薬は、温度や光などの影響を受けやすいものも多いので注意してください。ステロイドの塗り薬の保存温度は「室温保存(1~30℃)」です。夏場など30℃を超える場合には、涼しい場所に保管するようにしましょう。夏の車内に放置しないようにしてください。冷蔵庫での保管もよいですが、0℃以下に保存すると凍結して使用できなくなる場合もあるので、気をつけましょう。※一度溶けた軟膏やクリームは、冷やして硬くさせても同じ効果が得られない場合があるので使用しないでください。※冷たい場所で保管して硬くなった軟膏は、そのまま塗ると塗りにくいだけでなく皮膚を傷つけてしまうこともあります。塗る前に手に取り少し温めると、すぐに柔らかくなるので、それから使用するとよいでしょう。

【参考文献】

- 1) 日本皮膚科学会:皮膚科Q&A <https://www.dermatol.or.jp/qa/index.html>
- 2) 川島眞(監):すてきなナースへのレンビ 皮膚の病気がわかるエッセンス
- 3) Feldman RJ et al.: J Invest Dermatol 48 (1967)
- 4) 大谷 道輝:皮膚外用剤の基礎知識 第3回 皮膚外用剤の塗り方 塗布量 (マルホ資料)

