教育講演1

こどものスキンケア
―アトピーに悩まぬコツ―

山　本　一　哉（母子愛育会愛育病院皮膚科部長）

Ⅰ．まずは問題点

実は出生直後から望ましいスキンケアが行われている乳幼児には，後日アトピー性皮膚炎を生じてくることが少ないことはすでに報告してある（日小皮会誌，21(2)：30～34，2002）。今回は外来で実際の診療を行いながら，どのように説明していくかをビデオで供覧したが，紙面では無理なので要点を分かりやすく図を中心に述べさせていただくことにする。

母親は洗顔後にまず何をするであろうか。化粧水を塗り，次いで保湿用乳液を使うであろう。その後で，ファンデーション，メークに進むはずである。つまり，健常で，子どもよりは明らかに厚く，丈夫で，皮脂も多い肌でありながら，洗顔後にそのまま放置して乾燥にまかせないのである（**図1**）。このことは1日2回一生の間続けられる。ところが，子ども，とくに新生児・乳児（以下赤ちゃん）の顔あるいは口囲の汚れを拭いた後に，母親が自分の健常な顔面に行うようなスキンケアを行うことがまずない，という不思議な事実がある。

Ⅱ．赤ちゃんのアトピー性皮膚炎の状態（図2，3）

すでに40年近く前に著者はアトピー性皮膚炎患児に皮疹を欠く部位が存在することを指摘して，本症発症にバリア障害が主要な原因となることを明らかにした。**図2**では脂漏部位（Ⅰゾーン）に病変が見られぬことがわかる。また，**図3**では紙おむつが普及して普遍的に観察されるようになった，おむつ部に病変が認められないことが明らかである。つまり，皮膚が乾燥せずバリア機能が障害されがたい部位にはアトピー性皮膚炎が生じないのである。

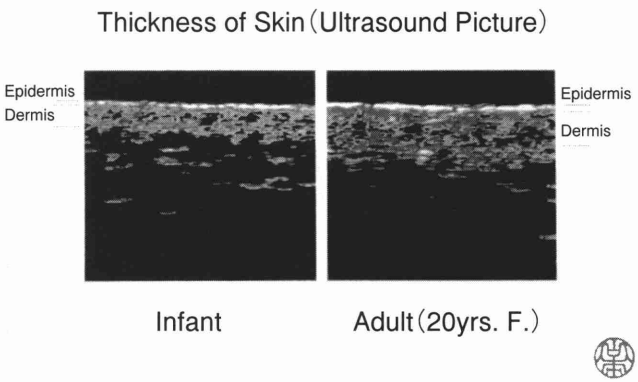

図1　赤ちゃんと成人女子との皮膚の厚さの違い（超音波検査）

母子愛育会愛育病院皮膚科部長　〒106-8580 東京都港区南麻布5-6-8
Tel：03-3473-8321　Fax：03-3473-8406

Presented by Medical*Online

ところで，皮膚を乾燥から守る手技としては，ほとんどの母親が「保湿用乳液型ローションないしはクリーム」を塗ることを知っているのである。にもかかわらず，なぜか自分自身の顔には健常であるのにそれらを塗るが，赤ちゃんにはそれを行わないのである。理由を尋ねると「赤ちゃんにそのような物を塗るのは良くない」と思ったのだそうである。赤ちゃんに悪いのなら，同じく人間であるから母親にも悪いはずではないか，と思うが母親の思考過程はなかなか理解できがたい。そして，口囲の汚れなどを拭いているうちに頬の皮膚が乾燥し始めると，やっとベビー用保湿用乳液型ローションを購入して塗り始める。それでカサカサを治そうとするのであるが，スキンケア用品は薬剤ではないから治らないのである。ここでそもそも対応が間違っていることがわかるであろう。以後いろいろ試みて治らぬうちに，ひどい湿疹性変化になって医師に相談することになる。再度強調したいが，母親は健常で丈夫な自分の皮膚にスキンケアを行うのである。

Ⅲ．バリア障害の実証（図4）

この図は健常皮膚（左側）とアトピー性皮膚炎患児の病変部皮膚（右側），それぞれにセロテープを圧抵して剥離して得られた皮膚最外層（角層の最外層）の走査電顕像である。一見してわかるように健常部の角層には割れ目も，孔もない。他方病変部は割れ目，孔が無数にある。つまり，皮膚のバリア機能は用をなしていないのである。この状態はそれに応じた外用療法（ステロイド剤など）を適宜使用し，右側から左側に向かうように改善しなければならない。同時に乾燥を防ぐようなスキンケアも行われなけれ

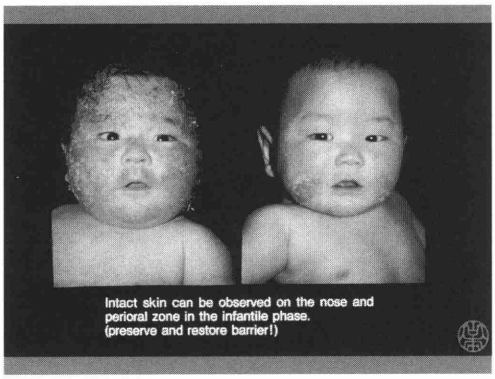

図2　鼻部を中心にⅠゾーンには皮疹がない

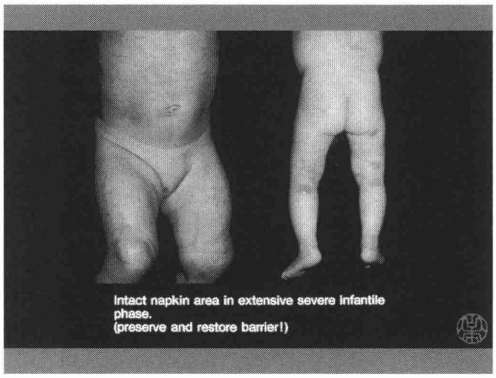

図3　紙おむつ部位には皮疹がない

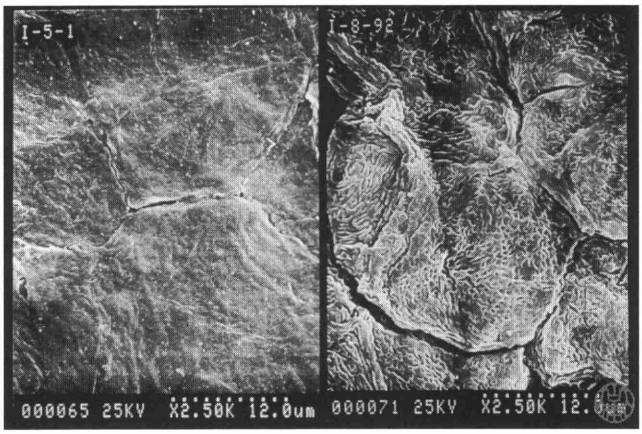

図4　剥離角層走査電顕所見（左健常部，右病変部）

Presented by Medical*Online

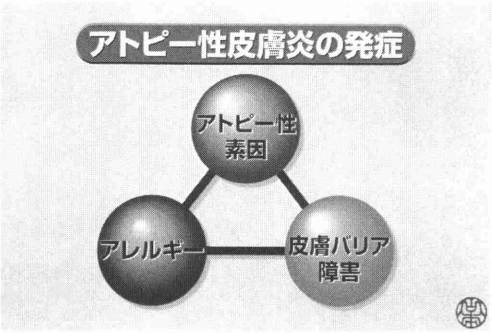

図5　発症機序の考え

ばならないのである。治療のコツは，スキンケアを行ったうえに，外用剤を塗るということになる。

これらのことからアトピー性皮膚炎の発症には，まずアトピー性素因を持つという遺伝的な要素が存在している。これに皮膚バリア障害が起きることで，アレルギーを起こす原因物質が皮内に侵入し，やがて病変を生じてくるという関係が成り立つことが理解されるであろう（**図5**）。となれば，バリア機能をできるだけ十分に保持させることが，なんとしても重要になるのである。

Ⅳ．スキンケアは出生時から！

困ったことに最近号のNHK「すくすく子育て」（12月号，2005）でさえ，「生後2か月過ぎから」スキンケアを行え，と書いている。このように世の中に影響の大きい育児雑誌に間違いを書かれては大変に困ることになる（すでに編集部には指摘した）。

つまり，赤ちゃんのスキンケアは出生直後から行わなければならない。なぜなら，赤ちゃんが40週間過ごした胎内は「そこには紫外線は当たらない」，「羊水中なので乾燥しない」，「無菌である」わけである。そこから，赤ちゃんは，まったく次元の異なる別世界に突然現れるのである。そこは，紫外線が影響し，乾燥した空気中であり，細菌・ウイルスだらけなのである。産婦人科学では「赤ちゃんは生後1年間は胎外胎児である」という，つまり胎内の環境からの急変を緩和しなければならない。また，小児皮膚科学的に考えると，赤ちゃんの皮膚に対するスキンケアを大切に考えれば，その注意は幼稚園の年少組くらいまで，かなり長く気を配りたいものである。こうして赤ちゃん時代を過ごさせた子どもには，なんと後年，重度のアトピー性皮膚炎患児が認められていないことを，ここでまた強調しておきたい。

参考文献

1）山本一哉：こどものアトピーによくみる50症状—どう診て・どう対応するか—，増訂版，南山堂，東京，2004．

Presented by Medical*Online