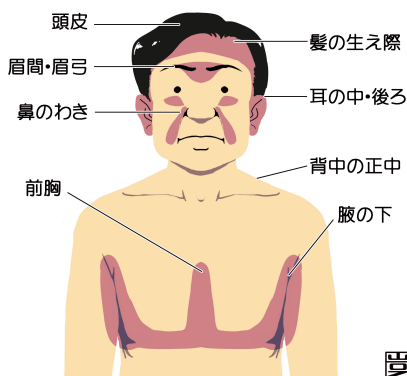


「脂漏性(しろうせい)皮膚炎」とは

皮膚から出てくる脂が原因です。皮膚は皮脂腺から脂を分泌して乾燥から肌を守っていますが、食事やストレス、加齢などの影響で、分泌される脂の量が多くなりすぎると、その皮脂に対してかぶれを起こしてしまいます。これが「脂漏性皮膚炎」の病態です。また脂をエサにする「**マイセチア**(*Malassezia*) 属真菌」(*)というカビも関与することが明らかになっています。「マラセチア菌」による感染症、というわけではありませんが、病態に関与していると言われています。

脂漏性皮膚炎のできやすい場所



図(上): 脂漏性皮膚炎
小鼻周囲に痒みを伴う赤い斑がある



図(上): 脂漏性皮膚炎
耳介後部の生え際に、痒みのある鱗屑(フケ)が多数みられる

毛髪の生え際や額、耳の穴や鼻の周辺の皮膚、特に小鼻と唇の両端を結ぶ線上にできるしわ付近(図右)が赤くなり、脂っぽい皮がぼろぼろとむけて「こふきいも」状態になる湿疹(「脂漏性湿疹」とも呼ばれています。)で、顔面では眉間や小鼻などの皮脂の分泌が盛んな箇所にできる場所に好発します(図左)。頭部では生え際に好発し(図

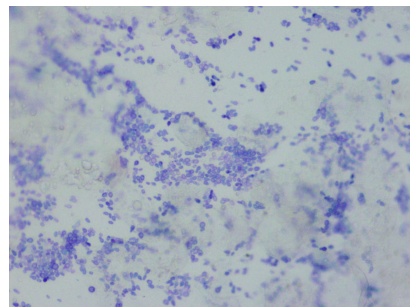
図

左下)、いわゆる「フケ症」(図右)とは多くは「脂漏性皮膚炎」です。頭の「フケ症」はまだ炎症の少ない「脂漏性皮膚炎」の初期の症状と考えられています。一度症状が出てくると慢性的な経過をとることが多く、自然に治ることは困難です。

男女別では、男性ホルモン(アンドロゲン)が皮脂の分泌を活発にする働きがあり、男性の皮脂の分泌量は女性の2~3倍も多いことが知られており、男性に多い病気です。

発症時期により成人型と乳児型があります。

乳児型は、いわゆる「乳児湿疹」の一つで乳児の2~5%にみられる日常的な疾患で、生後2~3週から出現し、1歳頃までに自然に治ります。「乳児脂漏性皮膚炎」(図右)と呼ばれています。「乳児アトピー性皮膚炎」との鑑別が必要ですが「アトピー性皮膚炎」では痒みが強く、顔だけでなく首や肘や膝の内側など全身に発症することが多く湿疹が2ヶ月以上続きます。



図(上):
脂漏性皮膚炎患者の「マラセチア属真菌」(顕微鏡写真)
卵型~雪達磨型で青紫色に染まる胞子が多数みられる



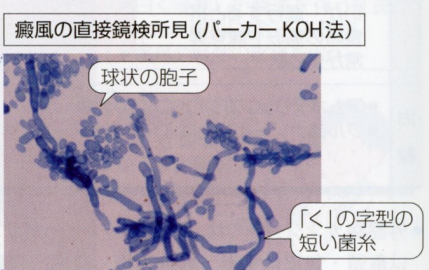
「脂漏性皮膚炎」は、皮膚に常在するカビの一種「マラセチア」が異常に増殖すること、皮脂の分泌、肌質などが関係しています。皮膚から皮脂が分泌されて「マラセチア」が皮脂に含まれるトリグリセドを遊離脂肪酸へ分解し、その遊離脂肪酸が皮膚への炎症を引き起こすことが原因になっていると考えられています。(図左)

＊：「マラセチア」は、ヒトだけでなく犬や猫などの常在菌（体に日常的に存在する微生物）です。生まれたばかりの赤ちゃんからはほとんど検出できません。その後、生後5日ほどで大部分の赤ちゃんから検出できるようになります。「マラセチア」は生後、多くはお母さんとのスキンシップから赤ちゃんに感染し、皮膚に定着するものと考えられています。時間がたつにつれてこの菌は増えていき、「乳児湿疹」や赤ちゃんにきびを引き起こすことが知られています。これらの皮膚疾患は、患部を清潔にすることでほとんどのお子さんが治療せずに完治しますが、「マラセチア」はその後も身体に残り、生涯一緒に生活することになります。

「マラセチア」は皮脂を分解する菌として知られ、皮膚に棲む微生物叢（そう）、マイクロバイオーームを構成する微生物の一つです。マイクロバイオーームを構成する微生物は多くの種類が知られていますが、この微生物間のバランスは皮膚の健康には欠かせないものです。「マラセチア」は頭皮や顔などの脂漏部位に多く定着しており、ここで分泌する皮脂を分解（餌にしている）しています。「マラセチア」は大切な役割がある菌ですが、増えすぎると問題がおきてしまいます。

「マラセチア」は毛包に常在する真菌ですが、高温、発汗、皮脂の分泌過剰・洗浄不足などを誘因に過剰増殖すると「**癬風（でんぷう）**」（図 右上）、「**マラセチア毛包炎**」（図 右下）を引き起こします。

「癬風」は、20歳前後の青年期に好発し春から夏にかけて発症します。体幹部に（主に上胸部、上背部）に痒みを伴わない1～3 cmの淡い褐色の斑または脱色素斑が多発します。しばしば融合してまだら状の外観になります。



爪や鏡検用のメスでこすると、微細な落屑が生じることが特徴です。鏡検すると、写真（左）のように菌糸形、酵母形の「マラセチア」が見て取れます。

「マラセチア毛包炎」は、「マラセチア」が、毛包内で過剰増殖して発症します。高温環境で運動、就労する思春期以降の男性に好発します。痒みを伴う半米粒大の紅色丘疹が毛孔に一致して多発、散在します。「ニキビ」のようですが、胸部、背部に軀幹に多く、夏に体にできる「ニキビ」は、ほとんど「マラセチア毛包炎」です。



「脂漏性皮膚炎」は、生活習慣を見直すことで、改善が期待できる病気です。皮膚の分泌を活発にするような脂肪分の多い食事やアルコール、香辛料の摂取はできるだけ控え、野菜の多い食生活を心がけましょう。肥満気味の方は減量すると治ることがあります。脂質代謝を整え、皮膚の新陳代謝をうながすためビタミンB類を多く含む食品（牛乳、卵、レバー、しじみ、ほうれん草、トマト、キャベツなど）をしっかりと摂取がすすめられます。また、ビタミンB2やビタミンB6などのビタミンB群やビタミンCの飲み薬が皮膚の新陳代謝の改善のために使用されることもあります。ストレスは免疫抵抗力を弱めますので、十分に心身の休息を取り睡眠不足を避けることで悪化しにくくなります。

石けん・シャンプーを用いた洗顔・洗髪で清潔を保つ。身体の清潔を保つため、こまめに洗顔し、また毎日入浴して洗髪するように心がけましょう。頭皮に症状がある場合は、シャンプーのすすぎ残しに注意しましょう。また洗髪の後でよく乾燥させましょう。本疾患に関与するマラセチア菌を抑制するミコナゾール硝酸塩が含まれるシャンプー・リンスなど（「コラージュフルフル」シリーズ）が市販されており一定の効果があり、軽症の場合これだけで良くなる人もいます。マラセチアは高温多湿な環境を好みます。汗をかいたらシャワーを浴びたり、汗のしみ込んだ衣服を着替えたり、皮膚の環境を整えることが大切です。

炎症を抑えるステロイド外用剤や、「マラセチア」を抑える抗真菌剤の外用が選択されることもあります。

図は、「病気が見える vol.14 皮膚科」＜MEDIC MEDIA＞、「新宿駅前クリニック」「もりはら皮膚科クリニック」「あまが台ファミリークリニック」「ヒフシルワカル」「持田ヘルスケア」「ひらぐん皮膚科・アレルギー科」ホームページから引用しました。

この「診療所だより」や診療についての御意見・御要望などをお気軽にお寄せ下さい。
これからの参考にさせていただきます。

編集・発行： 勝山諄亮

勝山診療所

〒639-2216 奈良県御所市343番地の4（御国通り2丁目）

電話：0745-65-2631