

気になる疾患のあれこれ ～ 症状や治療をご紹介

アトピー性皮膚炎の治療について

子どもだけでなく、大人になってからも発症し、患者数は増加傾向にあるアトピー性皮膚炎。近年、その治療は大きく進歩し、これまで長く悩まされてきたかゆみや肌荒れもコントロールできる時代になってきました。

Q.どのような治療法がありますか？

A.アトピー性皮膚炎の治療のゴールは、症状がないか、あっても軽微で日常生活に支障がない状態を維持することにあり、3つに大別されます。

① 適切な外用療法

ステロイド外用薬やタクロリムス軟膏などで炎症やかゆみを抑え、皮膚の状態を整えます。

② 難治例では全身療法

外用薬だけで改善が難しい場合は、内服薬や注射薬（生物学的製剤、JAK 阻害薬など）を使います。

③ 維持療法

寛解後も再発を防ぐため、症状が改善した後もしばらくの間薬を継続して改善状態を維持するプロアクティブ療法や保湿ケアを続けます。



お話を聞いたのは…

皮膚科 水川良子^{みづかわ よしこ}特任教授

新しい全身療法

生物学的製剤

デュピルマブ ネモリズマブ
トラロキヌマブ レプリキズマブ

JAK阻害薬

バリシチニブ ウパダチニブ
アプロシチニブ

Q.全身療法についてもう少し詳しく教えてください。

A. かゆみや炎症を根本から抑える、改善させる「生物学的製剤」と、細胞内で炎症反応を引き起こす JAK という分子の働きを止める「JAK 阻害薬」があります。

Q.実際に効果はあるのでしょうか？

A. 全ての方が同様の経過を辿るわけではありませんが、長期にわたり症状が抑えられ、ステロイド外用薬の使用頻度も大きく減少したり、慢性的に繰り返していた悪化が抑えられ、生活の質が大きく改善した例があります。

ぬり薬と保湿が大切

① Q.外用薬にはどのようなものがありますか？

A. 外用薬にはさまざまな種類があり、それぞれに役割があります。炎症を抑える外用薬には、ステロイド外用薬、タクロリムス軟膏など数種類を使い分けていきます。

皮膚のバリア機能を守るためには保湿が欠かせません。

保湿剤としては、ヘパリン類似物質やプロベト（白色ワセリン）などを日常的に使い、炎症の予防や再発防止につなげます。

さまざまな外用剤

炎症を抑制する作用のあるもの

- ステロイド外用薬
- タクロリムス軟膏
- など数種類を使い分けていきます

保湿剤

- ヘパリン類似物質
- プロベト（白色ワセリン）など

Finger-tip unit (FTU)とは



1FTU 軟膏 0.5g 312cm²に外用可能
手のひら2枚分を塗ることが可能（体表面積の約2%）

Q.保湿剤の塗り方を教えてください。

A. 保湿剤というのは、皮膚に適度な水分を与え、乾燥や刺激などから皮膚を守るための外用剤です。

保湿剤の塗り方のコツとして「1FTU」（フィンガーチップユニット）があります。大人の人差しの先から第1関節までチューブから出した薬の量を1FTUと呼び、大人の手ひらの2枚分の皮膚を塗ることができると言われています。

「多すぎず、少なすぎず」の量を、肌に馴染ませるように塗ります。

Q.塗るタイミングはいつがいいのでしょうか？

A. 入浴後できるだけ早く塗ることが効果的です。

体の水分が逃げないうちに塗ることで、保湿効果が高まります。ステロイド外用薬を使う場合、保湿剤を塗った上から重ねて使用します。処方有的时候に、医師や薬剤師から『どの部位に、どれくらいの量を塗るか』という指示がありますので、その指示に従って適切な量を使ってください。

正しいスキンケアと医師の指導に沿った治療を続けることで、症状の安定と再発予防につながります。医師と相談しながら無理なく続けて、健康な肌を守っていきましょう！

保湿剤外用方法

- すり込まずに馴染ませるように外用する
- 乾燥が目立つ部分などには少し多めに外用
- 基本は入浴後、出来るだけ早く外用
- ステロイドは保湿剤に重ねて使用



産科病棟をご紹介します！



当院では、「妊娠期から分娩そして産後にかけて継続的なケアの提供」を目指し、アットホームな雰囲気の中で、気軽に相談できる親しみやすいケアを通じて、お母さんの妊娠生活や子育てを応援しています。

～おススメポイント～

- ★ 小児科医の24時間常駐
- ★ 母乳育児支援
- ★ 助産師外来
- ★ マタニティクラス
- ★ 和痛分娩

そして、美味しいお祝い膳！



陣痛から出産後 2 時間を過ごすことができる分娩室 (LDR)。赤ちゃんのベッドも近くにあるので安心です。

ご家族の立ち会い分娩も可能です。
パパはもちろん、ご兄弟の分娩に立ち会いを希望される場合はお気軽にお問合せください。

費用について

- ◎ 経陰分娩 (6 日間入院の場合) 59 万円～
(7 日間入院の場合) 63 万円～
- ◎ 帝王切開 (予定入院・9 日間入院) 62 万円～
- ※「出産育児一時金の医療機関直接支払制度」をご利用の場合は、上記金額より 50 万円を差し引いた額となります。

産後ケアのご紹介

お母さんの心と体の回復を第一に考え、専門スタッフが赤ちゃんと一緒に新しい生活をサポートします。

杉並区「産後ケア事業」「子育て応援券」をご利用いただけます。詳しくは当院ホームページをご覧ください。



★当院給食メニュー★ 冷やし豚しゃぶ

当院管理栄養士おススメ！

豚肉には、疲労物質の蓄積を防ぐビタミン B1 が豊富に含まれていて夏バテ予防に効果的です！

1 人当たりの栄養成分			
エネルギー	215kal		
たんぱく質	13.3g	脂質	14.1g
食塩相当量	1.1g		

材料 (1 人分)

・豚もも小間肉	40g	<タレ>	
・豆腐	50g	・ごまドレッシング	20g
・もやし	40g	・ポン酢しょうゆ	5g
・にんじん	10g		
・トマト	1/8 個		
・貝割れ大根	3g		



- ① トマトは 8 等分のくし形に切る
- ② 豆腐は 1 丁 (300g) を 6 等分に切る
- ③ 貝割れ大根は一口大に切っておく
- ④ 豚しゃぶのタレはよく混ぜて小皿に盛っておく
- ⑤ もやしと細切り人参を茹でたら、氷水で良く冷やし、水気を切ってから絞っておく
- ⑥ 鍋に湯を沸かし、豚肉をさっと湯通しする (肉のアクが出たらこる)
- ⑦ 皿に①、②、⑤、⑥をそれぞれ盛り付け、中央に貝割れ大根をのせたら完成



講演会のご案内

申込不要です！
直接 1 階講堂にお越しください。
詳しくは HP トップ「講演会情報」参照



■ 7 月 2 日 (木) 15:00～16:00

耳鼻咽喉科 横井秀格 教授

「鼻づまりって、何が原因？」

～よくある病気から注意するものまで～

■ 10 月 8 日 (木) 15:30～16:30

循環器内科 矢田浩崇 教授

「スマートウォッチ、スマートデバイスを活用した生活習慣病・心疾患の管理」

～AI アプリの健康管理への活用について～

杏林大学医学部附属杉並病院

広報誌 2026 年 6 月発行

発行責任者: 市村正一

企画/編集/印刷: 広報・年報委員会

〒166-0012

東京都杉並区和田 2-25-1

TEL: 03-3383-1281

FAX: 03-3382-8972

