

皮膚から粉が…、頭からふけが…、 それって乾癬かも？

乾癬かんせんという皮膚疾患は痒みや痛みといった症状を伴うだけでなく、見た目が気になることから、精神的苦痛も大きく、患者の生活の質(QOL)は著しく低下する。一般には感染する皮膚疾患と誤解されることも多く、医療関係者でさえ乾癬について正しく理解していない人がいるのが現状である。そこで今回の市民公開講座では、乾癬治療のエキスパートの医師、看護師に加え、乾癬患者の方々をお招きして、乾癬の病態や乾癬との付き合い方についてご講演いただくとともに、乾癬と向き合うためのパネルディスカッションを実施した。

主催/朝日新聞社 共催/NPO法人東京乾癬の会P-PAT、日本乾癬学会、マルホ株式会社 後援/社団法人日本皮膚科学会

開会挨拶

中川 秀己先生

東京慈恵会医科大学皮膚科学教授/
日本乾癬学会理事長



わが国では乾癬の認知度は低く、一般には感染する皮膚疾患という誤解が根深い。特に、温浴施設での入浴や水泳時の接触に抵抗を感じ

る人が多く、乾癬患者が根拠のない偏見に苦しんでいることが懸念される。乾癬患者が前向きに治療に取り組むためにも、患者自身、家族はもちろんのこと、一般の方々が乾癬を正しく理解することが重要である。

本日の市民公開講座が、一般の方々には乾癬の正しい知識と乾癬患者を温かく見守る心を持つよい機会になり、乾癬患者の方々には同じ疾患に悩む仲間がたくさんいて、それぞれが一生懸命に治療に取り組んでいることを知るよい機会になれば幸いである。

講演

乾癬について

安部 正敏先生

群馬大学大学院医学系研究科皮膚科学講師



乾癬を正しく理解することが重要

乾癬とは皮膚において表皮の新陳代謝が亢進する疾患である。表皮が新しく生まれ変わるまでに要する期間は通常は約1ヵ月半だが、乾癬の病変部ではわずか約4日に短縮しており、

病変部からは鱗屑りんせつ*1が剥がれ落ちる。

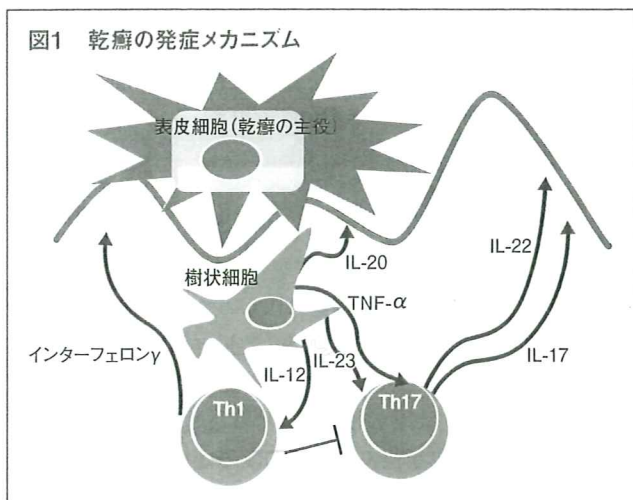
乾癬は症状により、尋常性乾癬、関節症性乾癬、乾癬性紅皮症、膿疱性乾癬、滴状乾癬に大別され、その9割は尋常性乾癬である。膿疱性乾癬など重症な場合は命にかかわることもあるため、入院治療が必要となる。乾癬の明確な原因は不明であるが、原因の一つとしてストレスや食生活などが指摘されており、近年の食の欧米化に伴い、わが国でも乾癬患者は増加している。

乾癬は痒みや痛み以上に、その見た目から、精神的な苦痛を感じる患者も多く、患者のQOLは身体的・精神的に大きく障害されている¹⁾。また、欧米では乾癬の罹患率は2~4%ほどであるのに対し、わが国では0.1%と少ないため、認知度も低い。そのため、「カンセン」という疾患名から、「感染する、うつる」疾患だと誤解している人が多い。しかし、乾癬は決して感染する疾患ではない。遺伝を心配する声も少なくないが、日本で遺伝発症する確率は約4%であり、遺伝性が明らかでない疾患でも同程度の確率になるため、過度に心配する必要はない。乾癬を正しく理解し、過剰な心配や患者に対する偏見を払拭していく必要がある。

乾癬発症には免疫学的機序が関与

乾癬の発症には免疫学的機序が関与する。インターロイキン(IL)-12やIL-23、腫瘍壊死因子(TNF)-αなどにより活性化されたT細胞が表皮細胞を刺激し、表皮の新陳代謝が亢進することが乾癬発症の機序と考えられている(図1)。

乾癬の標準治療は、軽症例ではマキサカルシトール(オキサロール®)などの活性型ビタミンD₃外用薬による外用療法が第一選択となり、必要に応じてステロイド外用薬を併用する。中



提供:安部正敏先生



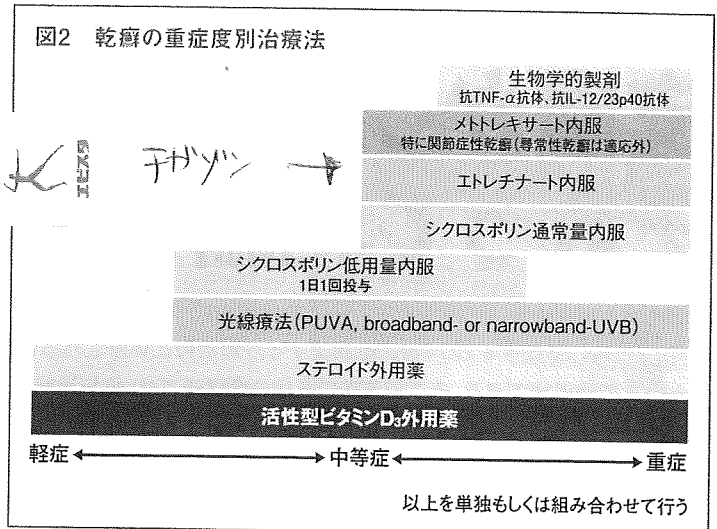
等症以上では、外用療法を基盤に光線療法、シクロスポリンやエトレチナートなどの内服療法が、重症例ではシクロスポリンの増量、生物学的製剤が選択肢となる(図2)。

従来、外用療法の中心はステロイド外用薬であったが、最近では活性型ビタミンD₃外用薬が乾癬治療の第一選択薬として用いられるようになった。活性型ビタミンD₃外用薬は主に皮膚の異常な増殖を抑える働きがあり、ステロイド外用薬の長期使用で懸念される皮膚の菲薄化などの副作用がなく、長期間使用しても効果が減弱しないこと、寛解導入すればその期間が長期に持続するといったメリットがある。

生活環境の改善を心がける

乾癬の病態を改善するためには、規則正しい生活が不可欠である。脂質の過剰摂取を避け、魚や野菜を中心に摂ること、飲酒・喫煙を控えること、日光浴を行うこと、ストレスを溜めないことを心がけたい。そして、寛解したときの自らのボディイメージを持ち、症状に応じた適切な治療を受けていく必要がある。乾癬の治療は日々進歩している。医療従事

図2 乾癬の重症度別治療法



提供: 安部正敏先生

者、患者、家族が良好なコミュニケーションをとりながら、皮膚科医と患者が二人三脚で治療を進めていくことが大切である。

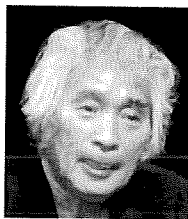
*1: 銀白色のふけのようにみえる過剰な表皮成分
1) Rapp SR, et al. J Am Acad Dermatol; 41: 401-407, 1999

特別講演

乾癬と私

窪島 誠一郎氏

「信濃デッサン館」「無言館」館主/作家



私は、15年前、第二次世界大戦で没した画学生の絵画や作品を展示する美術館「無言館」を設立した。生きて帰ったら絵描きになりたいという夢を持ちながら、戦地で命を落とした画学生の作品を集めるため、日本全国を旅したが、そのときに乾癬を発症した。強烈な痒みに眠れない日々が続き、ついには皮疹が全身に広がり、関節の痛みにも苦しんだ。就寝中に体をかきむしり、シーツが血で染まることもあった。まる

でクロワッサンの表面が剥がれるように全身から鱗屑が落ち、枕もシーツも真っ白になる。乾癬の原因はストレスだと聞かされたが、仕事を優先し、両親の葬儀にさえ戻らなかった旅の間、家族に対する罪悪感にさいなまれていたので、その積み重ねがクロワッサンの皮膚を育てたのかもしれない。

乾癬を発症して得たものもある。湯治で知り合った友人、患者会の友人など同じ病の苦しみを持つ仲間に出会い、深い絆が生まれた。乾癬を発症しなければ出会うこともなかった仲間たちである。そして、仲間と病の苦しみを共有すると、その苦しみが半分になる喜びを乾癬から学んだ。乾癬は感染しない病気だが、感染する病気で苦しんでいる人もいる。乾癬だけでなく他の病気の方にもいたわりの心を向けることが大事だと気づかされた。

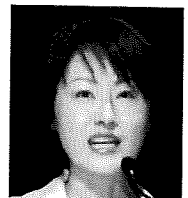
病気の受け止め方は人それぞれだが、乾癬と向き合いながら生きることが自分の人生であり、そんな自分に何ができるか考えて生きていきたい。

パネルディスカッション

乾癬と向き合うために

- 出席者: 衛藤 光先生 聖路加国際病院皮膚科部長
小宮根 真弓先生 自治医科大学医学部皮膚科准教授
金児 玉青さん 聖路加国際病院皮膚科外来看護師
添川 雅之さん NPO法人東京乾癬の会P-PAT理事
大藏 由美さん NPO法人東京乾癬の会P-PAT理事
司会: 田村 あゆちさん フリーアナウンサー

田村(敬称略) このパネルディスカッションでは、医師、看護師、患者さんを交えて、乾癬にどう向き合っていくかを論じていきます。まず、患者さんを代表して添川さん、大藏さん、ご自身の体験談をお聞かせください。



田村 あゆちさん

添川 発病してから14年後に関節症状を



添川 雅之さん

伴う汎発性膿疱性乾癬と診断され入院しました。全身に広がった皮疹と関節痛による痛み、寝返りさえ打てない状態が続きました。高熱が3ヶ月も続くひどい状態でしたが、治ると信じて治療を続け、1年後には全身の皮疹が消えるまでに回復しました。このときは、生きる希望を取り

戻したのと同時に、乾癬はたとえ重症化しても良くなる可能性があることを実感しました。



大藏 由美さん

大藏 私は最初に皮疹がポツンとできたときは、乾癬という病気をまったく知りませんでした。早朝から深夜まで及ぶ過酷な仕事が続き、気づくと皮疹は全身に広がり、大関節が全て痛み、動けなくなりました。関節症性乾癬でした。その後、専門医に正しい治療を受け、全身が改善しました。前向きな気持ちを持ち、適切な治療を行えば症状をコントロールできるということを知っていただきたいと思います。

田村 先生方は、患者さんからどのような悩みをお聞きになりますか。

衛藤 痒みや痛みといった症状よりも、心のつらさを訴える方が多いと感じています。30~40歳代の働き盛りの方が発症することも多く、見た目からくる精神的な悩みで受診される方もいます。



衛藤 光先生



小宮根 真弓先生

小宮根 治療を続けてもなかなか完治しないことを悩んでいる方がたくさんいますし、人前に入る職業なのに目立つところに皮疹がある、**落屑***で家が汚れるといった悩みも聞きます。

金児 会社や学校での問題で苦悩している方もいます。乾癬のお子さんが家から出ないという悩みを抱えるお母さんにも会いました。看護師として歯がゆい思いです。



金児 玉青さん

衛藤 一人でつらい思いを抱え込んでいる方もたくさんいますが、乾癬克服の第一歩は受診することですから、勇気を持って医療機関へ来ていただきたいですね。

田村 添川さん、大藏さんが前向きに治療に向き合うきっかけは何だったのでしょうか。

大藏 副作用が怖くて積極的な治療に踏み出すか迷っていたときに、上司からきちんと治療するようにと叱咤激励されたことです。治療しない限り自分の役割を果たすことができないと思い、積極的な治療に取り組みました。また、乾癬の患者会*3に入ることと同じ病気に悩む仲間が増え、自分の病気と

向き合うことができるようになりました。若いころは自分が乾癬であることを隠していましたが、今では乾癬を知ってもらう活動にも積極的に取り組んでいます。

添川 私の場合は信頼できる医師との出会いです。主治医に治療を任せきりにしていたのを叱られ、治療の主体は患者自身であることを教わりました。自分を苦しめる乾癬とはどういう病気なのか、どんな治療法があるのか、興味を持つことが大切だと思います。

田村 患者さんと医師と二人三脚で治療を進める必要があるということですね。

衛藤 乾癬の治療の選択肢は増えていますから、患者さん自身や家族、周りの環境なども考慮し、それぞれの患者さんに適した治療法を選択することが医師の役割です。

金児 乾癬は長く付き合っていく疾患ですから、通院しやすく、なんでも相談できる皮膚科専門医を探すことも大切です。看護師として、患者さんの頑張りをサポートしていきたいと思っています。

小宮根 乾癬は根治が難しいとされていますが、治療によって症状がほとんどない状態まで改善することが可能です。さらに、生物学的製剤という新たな作用機序を持つ治療薬が登場するなど、乾癬治療は目覚ましく進歩しています。

田村 最後に、治療に対するモチベーションを高める工夫をご紹介いただけますか。

大藏 専門医や仲間とコミュニケーションをとることが重要です。インターネットの情報には不確かなものもありますので、注意を。スキンケアやメイク講座も開催し、一工夫を呼びかけています。病気に負けないで、夢をあきらめないでください。

添川 つらいときには患者会の集まりに参加して、仲間がいることを確かめることで、モチベーションを維持できます。同じ悩みを抱える人と出会い、悩みを共有することで苦しみは半減します。乾癬は改善すると信じて、明るく過ごしてほしいと思います。

田村 「あきらめないで治療を続けてほしい」という強いメッセージをいただきました。乾癬に対する正しい知識を広め、一人でも多くの患者さんが乾癬の苦しみから救われることを願っています。

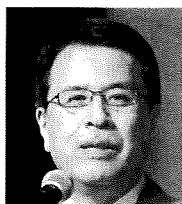
*2:鱗屑が剥がれ落ちること

*3:現在、全国18地域(北海道、山形、宮城、新潟、福島、群馬、栃木、茨城、神奈川、東京、石川、愛知、三重、大阪、高知、福岡、大分、岩手(設立準備中 2011年11月現在))で活動している。

閉会挨拶

上出 良一先生

東京慈恵会医科大学附属第三病院
皮膚科学教授



「世界乾癬デー」である10月29日は、「人(1)の輪(0)で普及(29)させよう」と読み取ることもできる。一般の方々には乾癬を正しく理解し、患者の苦しみを知り、患者との心の繋がりをつくってほしい。そして、患者の方々には自ら治療に関する情報を収集

し、患者会などを通じた患者同士のコミュニケーションを大切に、「人の輪」を広げて治療のモチベーションを高めていってほしい。乾癬患者が未来は明るく楽しいものだと感じられるように、社会全体が協力して「人の輪」になることが重要である。

今回の市民公開講座は、朝日新聞社が主催、NPO法人東京乾癬の会P-PAT、日本乾癬学会、マルホ株式会社共催と、さまざまな分野からの協力のもと実施され、一般の方々を含めた貴重な意見交換の場となった。この会をきっかけとして、今後、患者に対する乾癬の情報発信が盛んになり、一般の方々も乾癬を学び、考える機会が増えることを願っている。