

全日本医薬品登録販売者協会様

令和6年度 登録販売者研修会

「皮膚の痒み、肌荒れ」

田辺三菱製薬株式会社 ヘルスケア事業部

- 皮膚バリア機能と炎症
- ステロイド外用剤
- 代表的な皮膚トラブルとその対処法
- まとめ

皮膚のバリア機能と炎症

かゆみ・発疹は皮膚の炎症

炎症とは？

- ・異常を元に戻そうとする生体反応
- ・以下の4つの症状が表れる

赤くなる

患部に白血球や修復に必要な材料を届け、いらなくなったものを運び出すため、血管が広がったり増えたりする

痛くなる（皮膚はかゆくなる）

異常を知らせる。かいて傷付くと痛みが変わる

はれる（皮膚はブツブツができる）

白血球や修復のための材料が血管内から患部に出てくる

発熱する

白血球が活発になる。ウイルス・細菌を弱らせる

かぶれる
虫にさされる

皮膚組織に異常発生


患部に白血球が集積

白血球が異常組織を
取り除いて修復





治そうと白血球が
頑張り過ぎている

虫さされやかぶれでみられる皮膚の変化:発疹

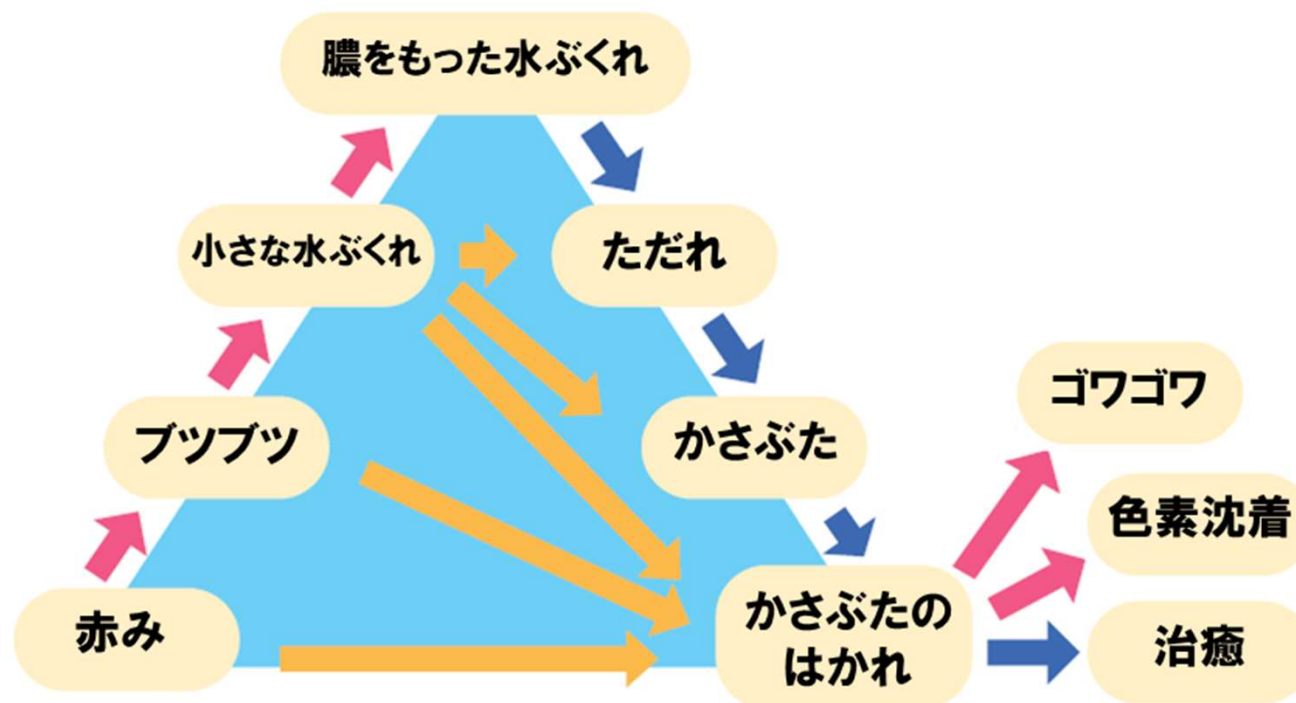
原発疹・・・気付いた時にできている発疹

	赤み	ブツブツ	小さな水ぶくれ	膿をもった水ぶくれ
原発疹				

続発疹・・・治癒(悪化)の過程でみられる発疹

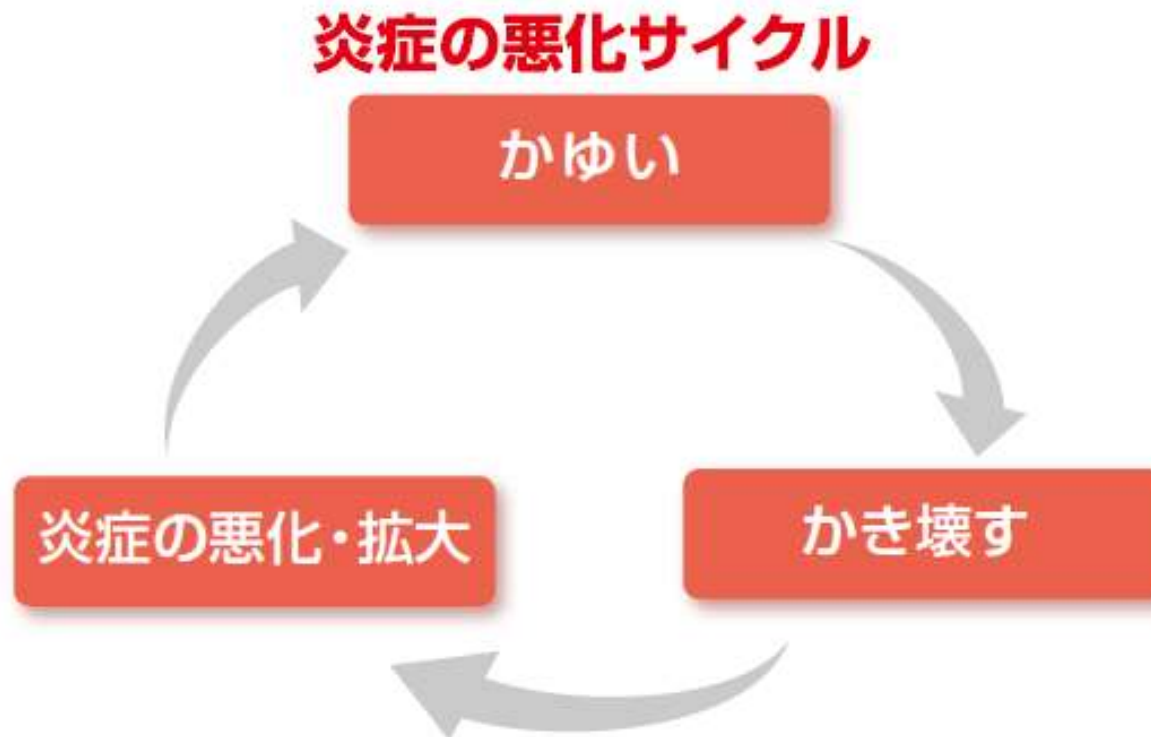
	ただれ	かさぶた	かさぶたのはがれ	ゴワゴワ(厚くて硬い)
続発疹				

治癒(悪化)の経過:湿疹三角



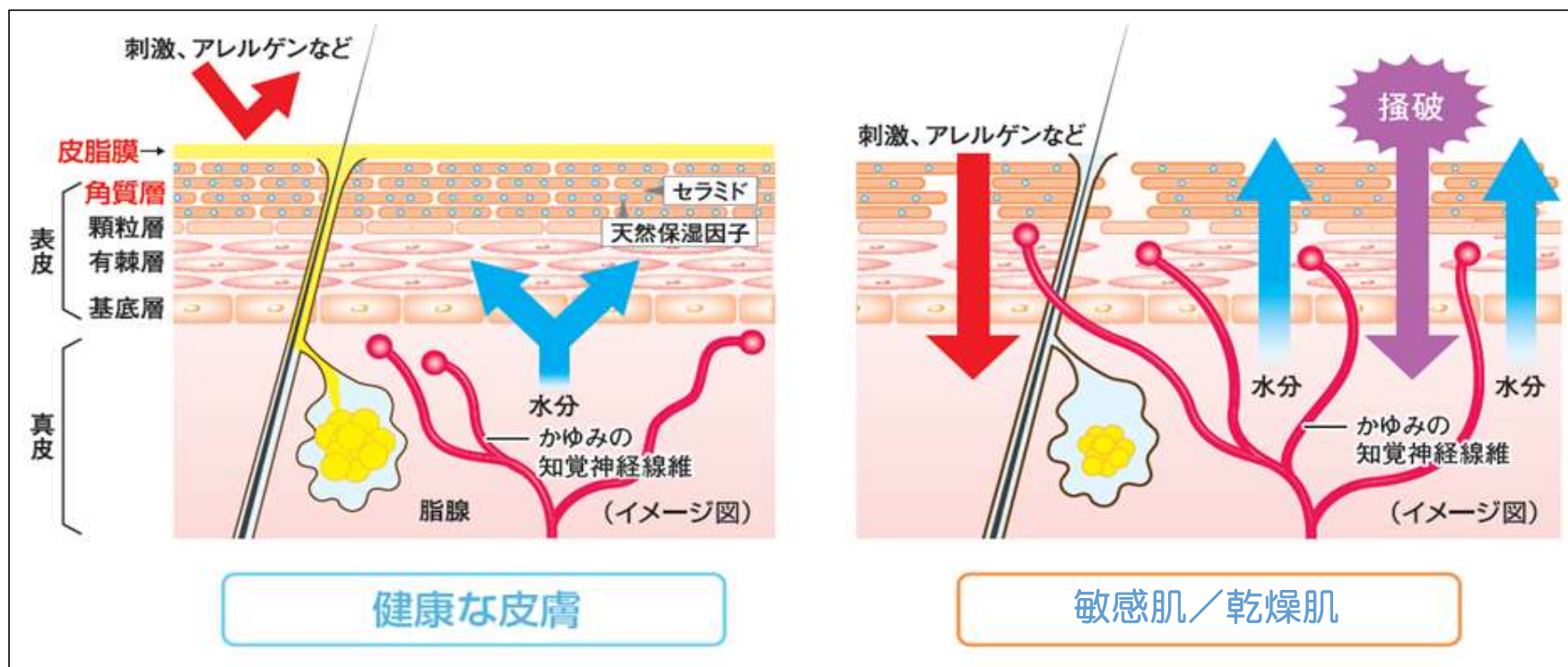
正しく治療すれば元の状態に戻る
しかし、長引かせたり、掻いて炎症を悪化させたりすると、
色素沈着や皮膚が硬くてゴワゴワの状態に・・・

掻くと悪化する！炎症の悪化サイクル



- ☑ 掻くとそれが刺激となり、更に炎症が悪化する
- ☑ かゆみの基である炎症を抑えることが治療の基本

- 皮膚バリア機能
 - 角層の内側の水分の蒸散を防ぐ
 - 外界からの異物（アレルギー・細菌など）の侵入を防ぐ



皮膚バリア機能に重要な3つのもの

角質細胞間脂質

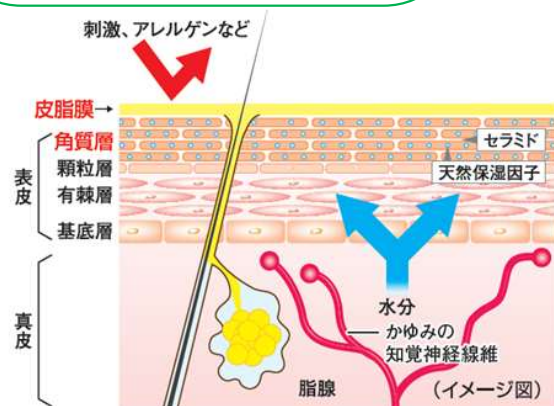
角質細胞同士を接着させる。水分を挟み込んで逃がさない。
代表的な成分はセラミド。

天然保湿因子

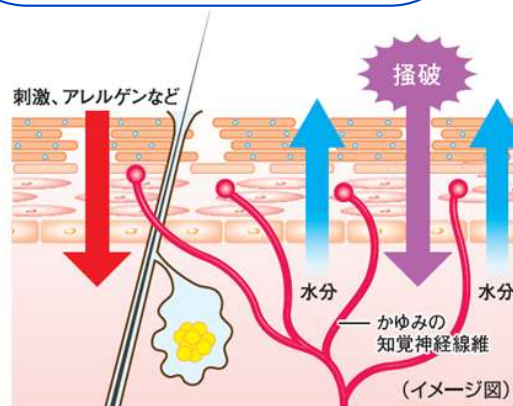
水分を保持する。
7割は皮膚、3割は汗に由来する。
尿素は汗に含まれる天然保湿因子。

皮脂

汗などと皮脂膜を形成し、水分の蒸発を防ぐ。
皮膚常在菌のエサになり、弱酸性物質となればい菌が付くのを防ぐ。



健康な皮膚



敏感肌/乾燥肌

かいた汗を放置するとかぶれやかゆみの原因に…すぐに洗い流すか、汗拭きシートで拭きとる

皮膚の状態によるバリア機能の違い

皮膚の状態		n	TEWL(g/m ² /H)
アトピー性皮膚炎	皮疹部 ^a	3	50.46+8.82
	無疹部 ^b	16	6.96+1.42
尋常性乾癬	皮疹部 ^b	6	55.50+7.78
	無疹部 ^b	6	4.01+0.56
老人性乾皮症 ^b		6	12.98+7.82
正常人	23才以下 ^b	22	4.54+0.87
	>60才 ^b	22	5.45+0.91

a:下腿前面で測定 b:前腕屈側で測定 TEWL:経表皮水分蒸散量

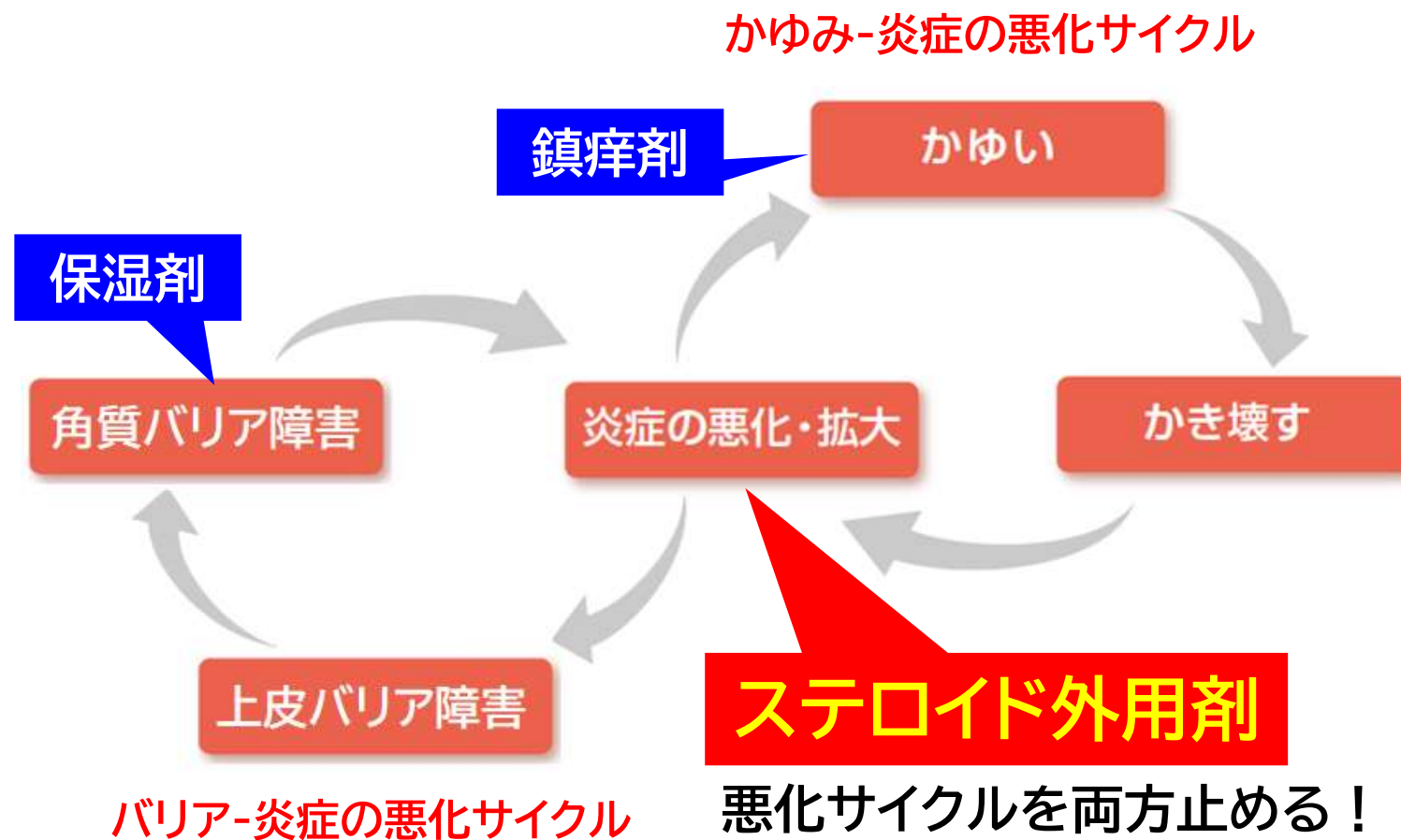
出典:皮膚 1989;31(2): 153-156より改変

炎症を起こしている部分ほどバリア機能が低下！



バリア機能の面でも炎症を抑えることが重要!!

炎症の悪化サイクル対策



ステロイド外用剤

ステロイドフォビア...

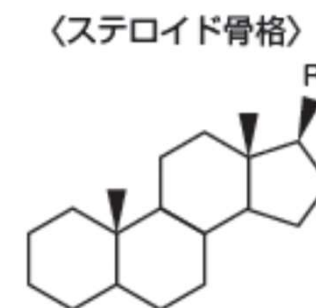
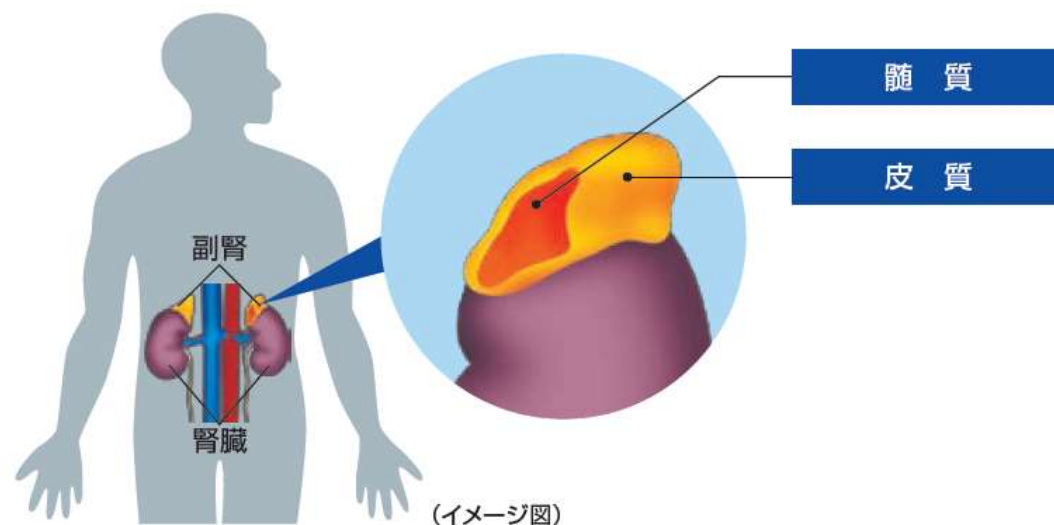


実は...

「ステロイド外用剤」の質問に
答えられないことがあります...



ステロイド外用剤とは？



副腎皮質ホルモン(ステロイドホルモンの1種)には炎症を抑えるはたらきがある

副腎皮質ホルモンの構造を改良して**抗炎症作用を高めた**ものを合成副腎皮質ホルモン(ステロイド性抗炎症薬)という

飲み薬による**全身性の副作用を回避する**ために、塗り薬のとして開発されたのがステロイド外用剤

ステロイド外用剤の強さによる分類

ランク	医療用医薬品	OTC医薬品
ストロング	○	×
ベリーストロング	○	×
ストロング	○ 0.025%フルオシノロンアセトニド	○ 0.025%フルオシノロンアセトニド
マイルド	○ 0.3%PVA	○ ※0.15%PVA
ウィーク	○ 0.5%プレドニゾロン	○ ※0.25%プレドニゾロン

※ストロングランクを除くOTC医薬品は医療用の半分の濃度

ウィーク



マイルド



ストロング



皮膚炎・かぶれの治療に使われる抗炎症成分

分類	成分名	商品例
ストロング ステロイド	ベタメタゾン吉草酸エステル	リンデロンVs、ベトネベートN
	フルオシノロンアセトニド	フルコートf
マイルド ステロイド	プレドニゾン吉草酸エステル酢酸エステル	ムヒアルファEX、 プレバリン、コートfAT
	ヒドロコルチゾン酪酸エステル	ロコイダン、セロナ
	デキサメタゾン	ラリーエイ
ウィーク ステロイド	プレドニゾン	コートfMD軟膏
	ヒドロコルチゾン酢酸エステル	オイラックスA、 ドルマイコーチ軟膏
	ヒドロコルチゾン	テラ・コートリル軟膏a
	デキサメタゾン酢酸エステル	ムヒアルファSⅡ
非ステロイド抗炎症	ウフェナマート	キュアレア、トレンタム

皮膚治療薬の選び方

ステップダウン療法

強い薬(十分な抗炎症作用)

→弱い薬

回数：多い→少ない

早くつらい症状を抑える



ステップアップ療法

弱い薬→強い薬

回数：少ない→多い

効き過ぎを回避する

⇒効果不十分となり痕が残る

長期連用につながる



正しく使えばステロイド外用剤が効き過ぎることは考えにくい
早くキレイに治すために**ステップダウン療法**を強く推奨

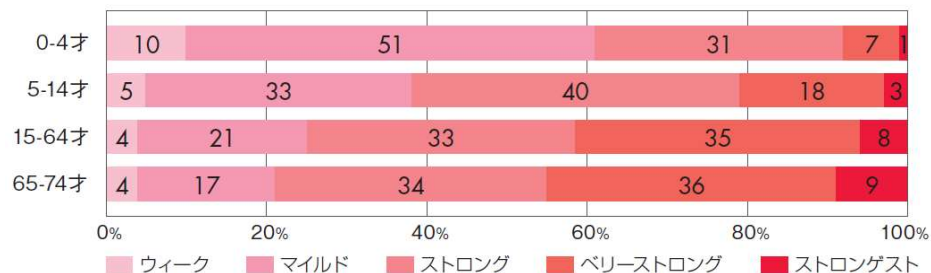
☑ 年齢によって異なるバリア機能に合わせてクスリを選ぶ

年代層 (目安)	赤ちゃん (2才未満)	子ども (幼児～小学生)	大人 (中学生以上)	高齢者 (65才以上)
ランク	ウィーク	マイルド	ストロング	ストロング
	<p>刺激の少ない軟膏タイプ コトフ MD軟膏 かぶれ、あせも、かゆみに プレドニゾン配合 5g 第2類医薬品</p> <p>赤ちゃんにも使える デリケートな肌に、しっぴり強くあくまで早く治すのが大切です。</p>	<p>10g コトフ AT軟膏 我慢できないかゆみ、湿疹、かぶれに プレドニゾンを少量エステル型ステロイドの弱い薬 第2類医薬品</p> <p>子ども(幼児～小学生)にも使える かき壊して悪化させないよう、しっぴり治すのが基本です。</p>	<p>10g フルコートf FLUCORT f フルオシノロンアセトニド配合 第2類医薬品</p>	

バリア機能が低いほど薬剤が浸透しやすく、効き目が強くなる
年齢によって異なる皮膚のバリア機能を考慮し、ステロイドランクを選択！

<参考>
医療機関での使用実態
(JMDC処方箋データより)

解説書P.4



非ステロイド性抗炎症成分

抗炎症作用

- ・白血球の中で起こっている反応を部分的に抑える

ステロイド成分

抗炎症作用 + 免疫抑制作用

- ・白血球のはたらきを抑える

炎症とは・・・

治そうと白血球が
頑張り過ぎている

効き目で選ぶか？ 使い易さ※で選ぶか？

※水虫やヘルペスなど感染している可能性がある部位、広範囲に使える

ステロイド外用剤を使用してはいけない皮膚感染症①



真菌
(カビの仲間)

ウイルス

ステロイド外用剤を使用してはいけない皮膚感染症②



細菌

細菌感染にはステロイド外用剤はおすすめしません。
ステロイド成分を含まない抗生物質の外用剤をおすすめするか、
受診勧奨をお願いします。

〔**ストロング**ステロイド外用剤＋抗生物質〕
フルコートf ベトネベートN軟膏AS

湿疹皮膚炎で＋掻き壊し対応



皮膚細菌感染症＋抗炎症

〔抗生物質＋**ウィーク**ステロイド外用剤〕
ドルマイコーチ軟膏
テラ・コートリル軟膏a
クロマイーP軟膏AS

〔抗生物質外用剤〕
クロロマイセチン軟膏2%A クロマイーN軟膏
テラマイシン軟膏a オデキュアEX

掻き壊し
▶かゆみによる**かき傷**がある
▶**浸出液**がみられる状態
※膿がみられ、ジュクジュクがひどい状態は受診勧奨！！
(抗生物質内服が必要)

飲み薬と塗り薬では起こり得る副作用が全く違う！！

	飲み薬	塗り薬
回避できる副作用 (大量or 長期連用 ※) ※皮膚では長期連用がリスク	高血糖、不整脈、高血圧、精神障害、感染症、骨粗しょう症、緑内障、消化性潰瘍、ムーンフェイス、中心性肥満、むくみ など	皮膚が薄くなる、紫斑、にきび、多毛、皮膚感染症（みずむし、たむし など）
回避できない副作用 (少量・短期間でも起こる)	有効成分または添加物に対するアレルギー	

鎮痒消炎薬の添付文書に記載されている副作用

関係部位	症状
皮膚	発疹・発赤、かゆみ、 はれ 、 かぶれ 、 乾燥感 、 刺激感 、 熱感 、 ヒリヒリ感
皮膚（患部）	みずむし・たむし等の白癬 、 にきび 、 化膿症状 、 持続的な刺激感

緑字:抗ヒスタミン剤の副作用、青字:クロタミトンの副作用、赤字:ステロイド外用剤の副作用

OTC外用剤による副作用 (2007年3月～7月 日本臨床皮膚科医会調べ)

2,747例	接触皮膚炎	無効・遷延	誤用	ステロイドの副作用
計	2,257	233	230	27
水虫・タムシ用薬	780	23	22	
かゆみ止め (426)	343	44	39	
湿疹・あかぎれ (847)	657	107	83	
ステロイド (109)	17	23	42	27
リップクリーム	10			
保湿剤 (93)	67	20	6	
ニキビ用薬 (53)	46	4	3	
消毒薬 (91)	86		5	
化膿止め (117)	91	8	18	
育毛剤	4			
いぼ・ウオノメの薬	16	4	11	
湿布・鎮痛剤	114			
点眼	19			
その他	7		1	

出典: J. JOCD 2008;
25(5): 495-504

- ・皮膚用薬(青字、赤字)の副作用1,736例中ステロイド剤は109例で6.3%
- ・副作用の大部分が添加物を含む成分に対するアレルギー反応

副作用を回避するためのステロイド外用剤使用目安

ステロイド配合鎮痒消炎薬の添付文書に記載されている「してはいけないこと」

1. 次の部位には使用しないでください。
 - 1) 水痘(水ぼうそう)、みずむし・たむし等又は化膿している患部。
 - 2) 目の周囲、粘膜等。 ※目の周囲、粘膜等に使用できるものとできないものがある
2. **顔面**には、広範囲に使用しないでください。
3. **長期連用**しないでください。

【連用時の安全期間の目安】

部位	強さの分類	安全期間
顔面、頸部、陰部	ストロングゲスト、ベリーストロング、ストロング、マイルド、ウィーク	2週間以内
その他の部位	ストロングゲスト	2週間以内
	ベリーストロング	3週間以内
	ストロング、マイルド、ウィーク	4週間以内

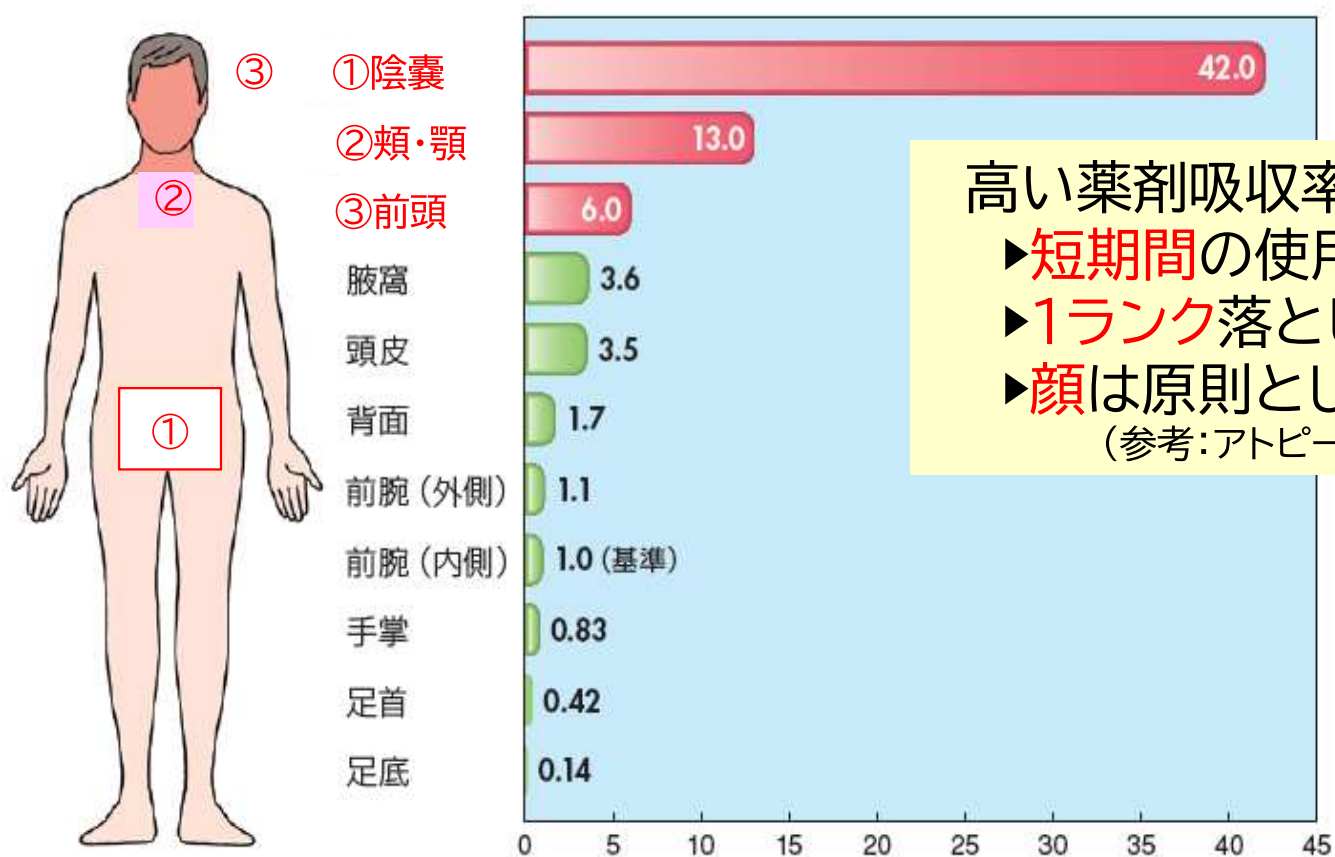
【安全な用量の目安】

副腎機能抑制作用の強さの分類	予想安全量*	
	成人	小児
ストロングゲスト	5g/日以下	2g/日以下
ベリーストロング	10g/日以下	5g/日以下
ストロング以下	20g/日以下	7g/日以下

(阿曾三樹：Physicians' Therapy Manual. 8：7(6) AUG, 1997より改変)

ステロイド成分の部位別吸収率

ヒドロコルチゾン部位別吸収率比



高い薬剤吸収率を持つ部位は…

- ▶ **短期間**の使用を厳守してください
- ▶ **1ランク**落としても良い
- ▶ **顔**は原則としてマイルドランク以下
(参考:アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2020)

(Feldman.R.J et al.,Indest.,Derm. 1967; 48: 181)

適正使用の考え方～副作用を回避するために～

〈塗布回数〉

ステロイド外用剤は、症状に応じて1日1～数回、塗布*します。
皮膚炎やかゆみなどの症状がよくなってきたら、回数を減らしていきます。
通常、5～6日の使用で症状は改善します。

*: 詳しくは製品添付文書をご参照ください。

〈使用量〉

FTU (フィンガーチップユニット) を目安として使用量を決めます。

大人の人差し指の先端から第一関節までの長さを口径5mmのチューブから押し出した量 (約0.5g) を1FTUと呼び、大人の手のひら2枚分の広さに塗る量になります。これを目安に患部の広さに応じて使用量を決めます。

ただし、製品によって口径は異なりますので、口径が5mmより小さい場合は多めに出すなど調節してください。

使用量は、患者さんの手のひら2～3枚を超えないようにします。



〈塗り方〉

強くすり込むのは刺激を与えることになり、症状を悪化させてしまうことがありますので、**強くすり込まないように**します。

また、健康な皮膚には塗らず、患部のみに塗布するように注意しましょう。

症状が我慢できない時:
1日2回(朝, 夕:入浴後)
症状が落ち着いてきたら:
1日1回に

(参考:アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2020)

適量:フィンガーチップユニット
(参考:アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2020)

塗布 ≠ 塗擦

適正使用の考え方～副作用を回避するために～

- 1週間以上は続けて使用しないようご指導ください。
⇒5～6日使用しても改善しない、あるいは悪化した場合は、他の原因、もしくは疾患の程度がセルフメディケーションの範囲を超えていることが考えられますので、医師の診療を受けるようご指導ください。



- 顔面・陰部には充分注意の上、使用するようご指導ください。
⇒顔面は化粧用や髭剃りあとなどに使うと長期連用につながる恐れがあるため。
⇒ヘルペスやカンジダなど感染性疾患と区別が難しいため。

- 使用する面積は使用されるお客様の手のひら2～3枚までにするようご指導ください。
⇒疾患面積が上記を超える場合は、疾患の程度がセルフメディケーションの範囲を超えていることが考えられますので医師の診療を受けるようご指導ください。



- 月齢の小さい赤ちゃんは原因特定が難しいため、医師の診療をおすすめください。
- 疾患部位以外に使わない、予防的に使わないようご指導ください。
- アトピー性皮膚炎のお客様にはおすすめしないてください。
⇒医師の治療方針に基づいた投薬コントロールが必要なため、セルフメディケーションの範囲を超えています。

湿疹と石鹼の使用

- ▶石鹼による洗浄は必要だが大切な皮脂膜も落とす
⇒過剰に使用せずよく泡立てる
⇒こすらず洗浄する
- ▶石鹼は皮膚のpHに影響する
⇒弱酸性石鹼を選択すること

剤形による使い分け

		軟膏	クリーム	ローション	ジェル	スプレー
特長	長所	低刺激 皮膚保護作用	使用感が良い 浸透しやすい	有毛部位向け	分泌物を吸着	手が汚れない 広範囲に散布
	短所	べたつく	刺激性 分泌物再吸収	刺激性	刺激性	量がわからない 不要部に散布
剤形 の 適 正	赤み	◎	◎	◎	◎	◎
	ブツブツ	◎	◎	◎	◎	◎
	小さな水ぶくれ	◎				
	膿をもった水ぶくれ	◎				
	ただれ	◎	×	×	×	×
	かさぶた	◎				
	かさぶたのはがれ	◎	◎			
	ゴワゴワ(厚くて硬い)	◎	◎			

◎:適している 空欄:使用してもよい ×:使用注意

べたつきが気にならなければどんな状態にも使えて皮膚を保護する軟膏

代表的な皮膚トラブルとその対処法

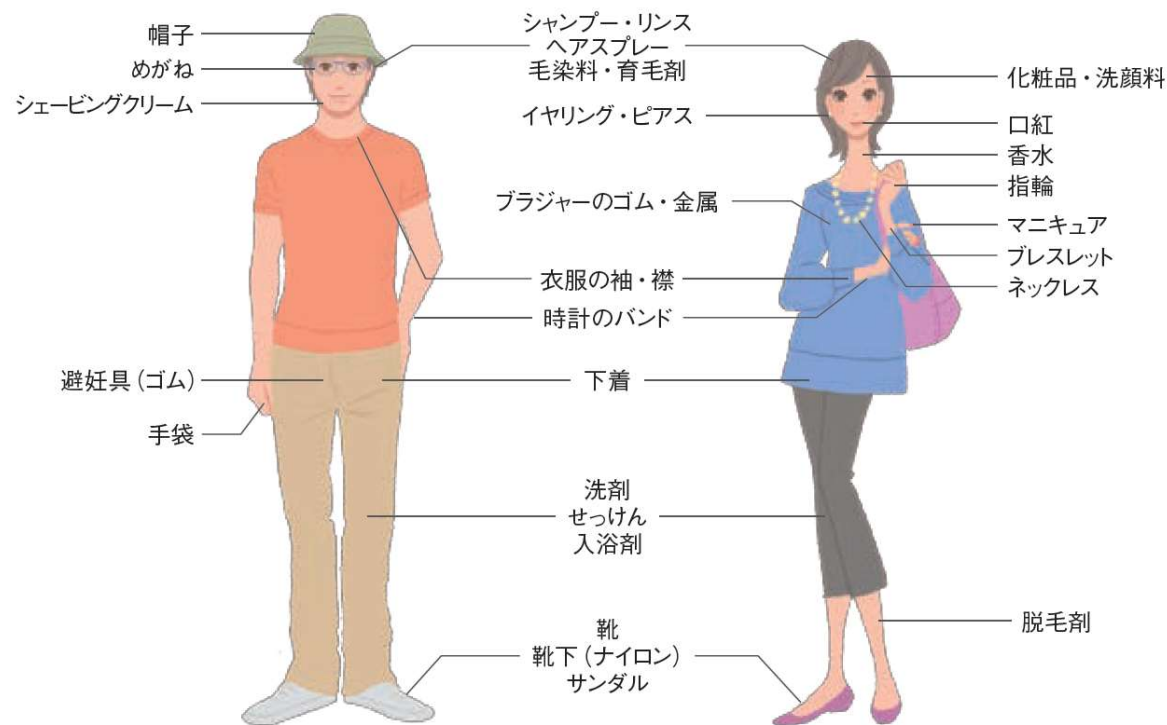
虫さされ

タイプ	即時型	遅延型
症状	刺されてすぐ症状が出て、短時間で治まる。 例. 蚊に刺されてじんましんのような膨疹ができる	ある程度時間が経過してから強いかゆみのブツブツが現れ、数日間続く。強い赤みが持続すると、治った後もしばらく シミ(炎症後色素沈着) が残る。
治療	かゆみ止め(抗ヒスタミン外用剤)で掻き壊しによる悪化を防ぐ。 冷水などで患部を冷やすのも効果的。	症状の元である炎症を ステロイド外用剤 でしっかり抑える。

強い赤みの虫さされをシミに残さず早く治すには、**強めのステロイド外用剤**でイッキに炎症を抑える！

かぶれ(接触皮膚炎)

かぶれの原因になるもの



湿布薬によるかぶれ



マンゴーによるかぶれ



※マスクかぶれなど顔には、**弱めのステロイド外用剤**がオススメ！

身のまわりのあらゆるものがかぶれの原因になる
原因物質に触れないことが大事

金属かぶれ(アクセサリーかぶれ)

汗をかきやすい夏場は特に注意

▶ 微量な金属が溶け出す

- ・見た目が金属でなくても注意
- ・歯科金属では全身に発疹

ニッケル	バックル、腕時計、 アクセサリー、コイン
コバルト	メッキ、 <u>青色系染着料、 セメント</u>
クロム	<u>皮製品、塗料、 印刷 (青)</u>



イヤリングによるかぶれ

おむつかぶれ？ カンジダ症にご注意！



おむつかぶれ

尿のアンモニアや便が刺激となって起こります。
おむつの素材にかぶれること
によって起こることもあります。

ウィークステロイド 外用剤による治療



カンジダ症

真菌であるカンジダ菌に
感染することで起こります。

受診勧奨

カンジダ症にはステロイド外用剤を使わないでください

見分け方の目安 1つでも当てはまるものがあればカンジダ症の疑いがあります。

- ・おむつに触れていないシワの中まで赤くなっている。
- ・患部の縁に薄いオブラート状の被膜がみられる。
- ・健康な皮膚と患部の境目がはっきりしていることが多い。

ステロイド外用剤を塗り始めて5～6日使用しても改善がみられない場合は、皮膚科を受診してください。

区別がつかない場合は
安易におすす
めしない！

乾燥湿疹(皮脂欠乏性湿疹)

症状	ドライスキン	乾燥湿疹
かゆみ	←	→
赤み、腫れなど(炎症)	←	→
皮膚の状態		
薬剤の選択	← 保湿剤 →	← ステロイド外用剤 →

- ◆ 気温が低下し、空気が乾燥する冬場に多い
- ◆ 下腿に好発し、腰、背中、肩、上肢などにも生じる
- ◆ 皮脂分泌の低下した高年齢者や幼児がなりやすい

子どもの未熟な皮膚バリア機能

①皮膚が薄い

- ・子どもの皮膚の厚みは大人の1/2~1/3とされている

②汗をかけない

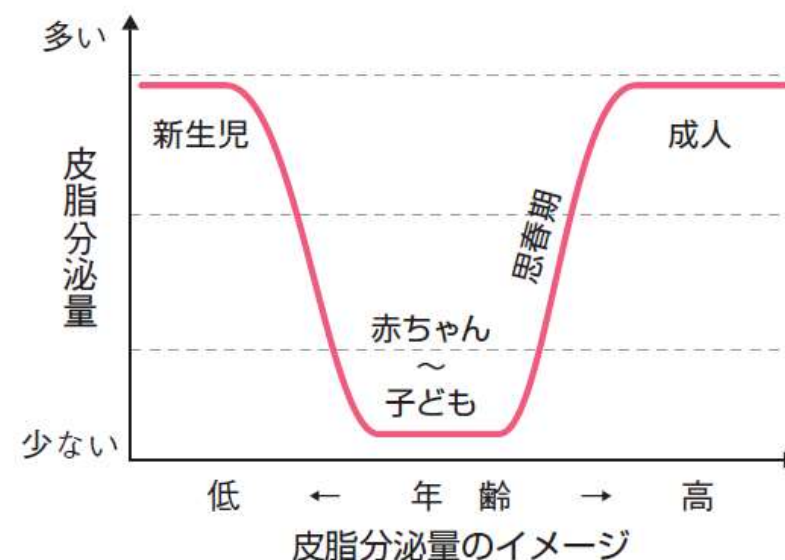
- ・2~3才までに汗をかけるようになる
- ・育った環境で汗をかける汗腺の数が決まる
(汗をかける汗腺の数:ロシア人<日本人<フィリピン人)

③皮脂の分泌が少ない




- ・生後2~3カ月頃までは母親のホルモンの影響で皮脂分泌が多い
- ・思春期までは皮脂の分泌が少ない

∴乾燥しやすい → 湿疹化

皮脂分泌量の年齢変化



手荒れとステージ

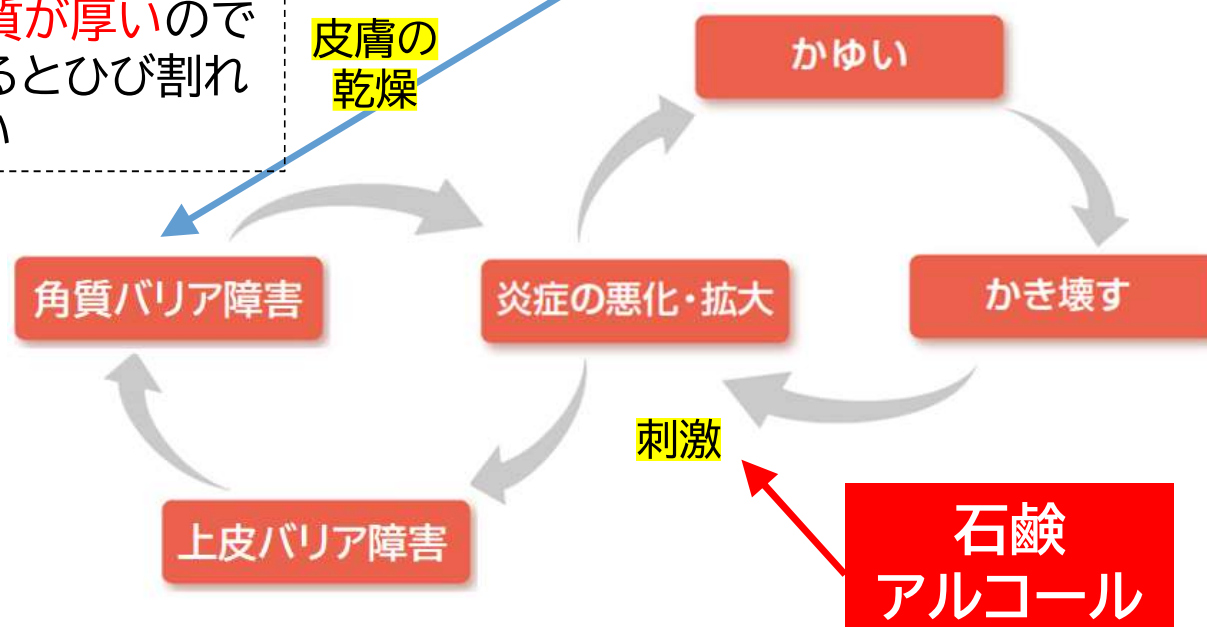
ステージ	予防・初期	進行期	悪化期
病態	乾燥肌	ひび・あかぎれ	手洗・消毒かぶれ
症状	 <p>粉ふき カサカサ</p>	 <p>亀裂 血のにじみ</p>	 <p>赤み かゆみ ジュクジュク</p>
ケア	ハンドクリーム 保湿剤	保湿剤 液体絆創膏	保湿剤
治療	—	ひび・あかぎれ用剤	ステロイド外用剤

水仕事をする際はゴム手袋を着用

冬に手荒れしやすい理由、治りにくい理由

- ①手のひらには皮脂腺がない・・・皮脂膜を作りにくい
- ②寒くなると皮脂や汗の分泌が減る・・・皮脂膜を作りにくい
- ③お湯を使うと皮脂が流されやすい・・・皮脂膜を失いやすい

手は角質が厚いので
乾燥するとひび割れ
しやすい





寝ている間に
イッキに治そ!



治りにくい手洗・消毒かぶれには…

★★★ **強め**のステロイド外用剤がオススメ!!

デリケートな顔のマスクかぶれには…

☆☆☆ **弱め**のステロイド外用剤がオススメ!!



日中はしっかりケア!

かぶれがある時もない時も保湿剤を
続けることが大事!!

ステロイド外用剤と保湿剤を効果的に使うことが大事!

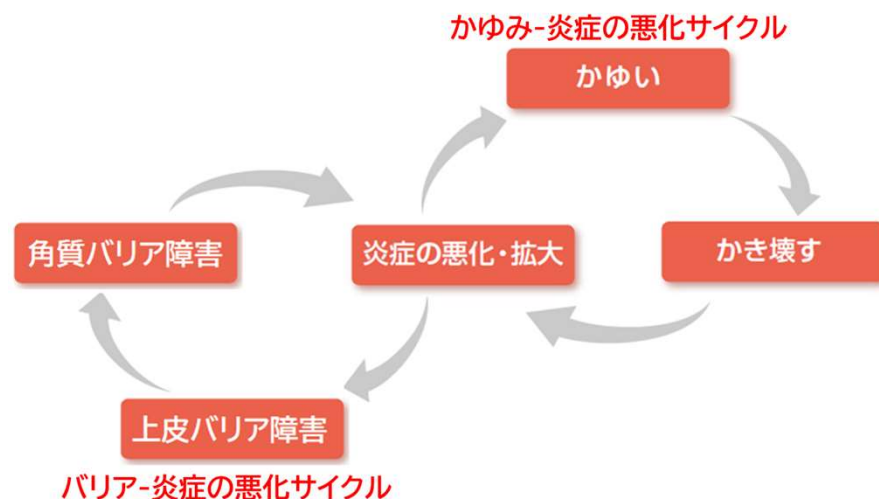
? ステロイド外用剤と保湿剤、塗る順番は ?

○部位によって使い分ける △保湿剤、ステロイド外用剤の順 ×ステロイド外用剤、保湿剤の順

まとめ

湿疹を早く治すコツ①

- ☑ かゆくても、かかない
- ☑ ステロイド外用剤で一気に炎症を抑える



炎症の悪化サイクルを絶つ



ステップダウン療法

最初から**十分な抗炎症作用をもったステロイド**を使って一気に治す

- ▶ 辛い症状から解放される
- ▶ シミ(炎症後色素沈着)が残りにくい

☑ 年齢によって異なるバリア機能に合わせてクスリを選ぶ

年代層 (目安)	赤ちゃん (2才未満)	子ども (幼児～小学生)	大人 (中学生以上)	高齢者 (65才以上)
ランク	ウィーク	マイルド	ストロング	ストロング
	<p>コートfMD軟膏 第2類医薬品</p>  <p>【効能】 湿疹、皮膚炎、かぶれ、かゆみ、虫さされ、 あせも、じんましん、しもやけ</p>	<p>コートfAT軟膏・クリーム 第2類医薬品</p>  <p>【効能】 湿疹、皮膚炎、かぶれ、かゆみ、虫さされ、 あせも、じんましん</p>	<p>フルコートf 第2類医薬品</p>  <p>【効能】 ◎化膿を伴う次の諸症：湿疹、皮膚炎、 あせも、かぶれ、しもやけ、虫さされ、じんましん ◎化膿性皮膚疾患（とびひ、めんちょう、毛のう炎）</p>	

バリア機能が低いほど薬剤が浸透しやすく、効き目が強くなる
年齢によって異なる皮膚のバリア機能を考慮し、ステロイドランクを選択！

知っていれば怖くない「ステロイド外用剤」の使い方

飲み薬の副作用を避けるために開発されたのが塗り薬

副作用の大部分が添加物や有効成分に対するアレルギー

長期連用しない(どの部位に使用しても2週間まで)

- ▶ 通常5～6日あれば良くなるので、改善がなければ要相談

健康な皮膚に**予防的に使わない**

- ▶ 日頃のケアは保湿剤、治療はステロイド外用剤

感染を起こしているいるかもしれない部分**には使わない**

- ▶ 水虫、カンジダ、ヘルペス、とびひなどは専用薬で治療

顔、首など皮膚の薄い部分**は弱めのステロイドを使う**

- ▶ ウィーク(またはマイルド)ランクを選択



皮ふトラブル、正しく知ってしっかり治す。 ヒフノコトサイト

医師や専門家の知識をもとに、
さまざまな皮膚トラブルの症状や原因を正しく知る、
自分で治したい人のための皮膚疾患情報サイト



最新情報



2024.03.28

おでこにできた『ブツブツ』の種類・原因
は？対処法と予防法を解説



2024.03.28

『しこり』になったニキビの原因と対処法。
間違いやすい粉瘤との見分け方も解説



2024.03.28

『頭皮のかゆみ』の原因は？かゆい場合に考
えられる疾患、正しいケア方法を解説



2024.03.28

肌のできる『ブツブツ』の原因は？ブツブツ
の種類、対処法を解説

皮膚疾患をしっかりと理解して、ステロイド外用剤を使いこなせることが、
皮膚トラブルに悩むお客様のメリットとなり信頼につながります。
ご清聴ありがとうございました。

田辺三菱製薬「くすり相談センター」
フリーダイヤル 0120-54-7080
受付時間:弊社営業日の 9:00~17:30