

## ドクターインタビュー

## 玉置 昭治 (たまき あきはる) 先生

尼崎医療生協病院 皮膚科

関西圏でのアトピーの方の間では玉置先生＝ステロイドという図式があるようですが、その辺の事情を先生に直接投げかけてみました。

先生は20年近くアトピーの患者さんを診察されていますが、患者さんの変化などございますか？

前任の淀川キリスト教病院では、1990年以降ステロイドを使いたくない患者さんには、使わない治療を行ってきました。90年代はステロイド軟膏を塗ってもコントロール出来ない患者さん、ステロイドの副作用で皮膚がペラペラの患者さんが多かったと思います。尼崎医療生協病院でも同じ方針で治療を行っています。しかし、最近ではステロイドを使っていたが効かなくなった人もいますが、ネットや民間療法の影響でステロイドが怖くて使えない、そのため仕事にいけない人のほうが多くなりました。脱ステロイドを始めたのはテレビを見てステロイドを使わないでアトピーを治したいという人が来てからです。ステロイド軟膏の副作用はやめると酷くなっても2,3箇月で良くなると70年代から知られていました。しかし、アトピー性皮膚炎はステロイドの副作用だけでは無いから、ステロイドをやめて副作用部分が治ってもアトピー性皮膚炎がコントロール出来ないのではないか、そのあたりがまだわからないから入院してくださいと説明しました。入院してステロイドを止めると一時的に酷くなりましたが特別なことをしなくてもアトピー性皮膚炎も良くなってきました。当時は研究会などで「ステロイドを止めたら何故アトピーも治る？」と質問されていました。「アトピーの原因がわからないのになぜ治るのかなど分かりません」と答えていました。今はネットなどでステロイド軟膏を塗らなかつたら、治るといいますがそれは間違いで「ステロイドを使わなくても治る」というのが正しい考えです。効果が確実な薬はステロイドしかありません。そのステロイドを使わなくても「皮膚病の大部分は間違ったことをしなければ自然に治る」ということが原点です。私のところに来る患者さんの多くはステロイドだけではコントロールできなくなって受診されます。最初からステロイドを拒否しているのではなく「ステロイドが効かなくなった」のです。しかし、ステロイドは使いたくない。だから、使えとは言えない。

先生の論文では、アトピーの悪化はストレスが原因とされていますが、詳しく教えていただけますか？

大学受験のストレスで初めてアトピーが出てくる人もいますし、就職や結婚でアトピーが出てくる人もいます。だから基本は、人間関係からくるストレスが原因だと考えています。しかし、昇進や、正式職員になっただけで、本来はストレスとはいえないような場合でも調子が悪くなることがあります。正式職員になって「アトピーが出たらどうしよう」と考えると悪くなるようです。実際にはアトピーの人はがんばりすぎて、気を遣いすぎる人が多く、その性格がわざわざしてストレスによってアトピーとして症状を示すのです。大事なのは、アトピーが悪化するということは、絶対に体が嫌がることをしているか、考えているということです。悪化原因をストレス以外のものにしようとする無用な原因探しをしないことです。アトピーが悪くなるのはある種の危険信号と納得することです。

先生はアトピー性皮膚炎と食物アレルギーはちょっと違う、とのお立場とも聞いておりますが…

アトピーの定義とは、「大人だったら6ヵ月以上、乳児だったら2ヵ月以上、慢性の湿疹を繰り返す、アレルギー素因がある」が定義です。アレルギーが原因とは定義されていません。乳児湿疹はいわゆる子どものアトピー。食物アレルギーの皮膚症状は蕁麻疹ないしは全身の潮紅です。アトピーの湿疹は表皮でおこっていて、血管のないところだからいくらジュクジュクしていても、血は出ていません。一方、蕁麻疹は真皮の血管から水が漏れて表皮を押し上げる。皮膚表面はツルンとしています。全然違う病気です。では何故食物アレルギーがアトピー性皮膚炎と関係あるように見えるか。卵が悪い牛乳が悪いと決めつけてお母さんを不安にさせてしまいます。それこそ「よってたかって」お母さんにストレスをかけます。そうしたら母乳の出方も

## 玉置 昭治 (たまき あきはる) 先生のプロフィール

- 1972年 神戸大学医学部卒業
- 1980年 神戸大学医学部皮膚科講師
- 1986年 淀川キリスト教病院 皮膚科部長
- 2003年 淀川キリスト教病院 附属クリニック所長
- 2008年 定年退職
- 2008年 尼崎医療生協病院皮膚科 嘱託医

◆専門分野、アレルギー性薬疹、蕁麻疹、膠原病、アトピー性皮膚炎



## DOCTOR INTERVIEW

影響するのではないのでしょうか。少なくとも母親は育児、食事のことばかりになって生活に余裕がなくなります。それが子供の皮膚に影響している。子供のアトピーの原因は母親の子育て不安と考えています。食物アレルギーで私を納得させる湿疹反応が出たという報告や論文を見たことはありません。卵をやめたら良くなった。だから卵が原因だ。最近では食べたら蕁麻疹が出た。蕁麻疹は食べ続けたら出なくなるから食べて脱感作だという類の論文ばかりです。しかし、食物アレルギーは間違いなく増えています。最近もアナフィラキシーショックを起こして亡くなられた記事が出ていました。食物アレルギーで真っ赤になって、息苦しくなるならエピペンを打つべきです。問題は間違っただけで食べたらエピペンを使わなければならない酷い食物アレルギーとRASTが陽性なだけで食べられないと思込まれているアトピー性皮膚炎患者が同じ食物アレルギーとして論議される点です。乳幼児の場合はステロイドを使わなくても、1才までにはほとんど治ります。スキンケアだけで充分です。スキンケアの指導と、「寝る子は育つ、お肌は夜作られる」と当たり前の生活指導をします。そして「甘やかすのではなく、十分甘えさす」ことが大事だと話します。私は子どもの治療にステロイドをそんなに使用しませんが、必要ときは使ってもいいと思っています。お母さんが子育てに疲れてしまったとき、子どもが掻くのを見ていられない、つらいって思うなら、使ってもいい。それで、子どもがおちついて子どもらしい反応をするようになって、かわいく見えたらもう大丈夫ですよ。

アトピーの患者さんへ、アドバイスをお願いします。

患者さんには「私がいくらがんばってもアトピーは治せないよ」と初めから言っています。アトピーは患者さんがどうやったら治っていくのかに気が付いて、それを実践していくしかありません。医者ができることは正しい情報を提供して、治っていく過程を支えるしかありません。だから当病院で行っている入院治療はアトピーを治すために勉強するための入院で「アトピー学校」だと言っています。もちろん、ステロイドを止めるためではなく、アトピーを治すための入院です。アトピーの治療は、誰かがなんとかしてくれると思っている間はダメです。治す薬がないか、良いサプリメントがないかなど、他力本願ではよくありません。入院の内容は、まず基本的な生活をきちんとすること。特殊な薬もつかいません。「早起きは三文の得。腹八分目に医者いらず。笑う門には福来る」です。「早寝、早起きをして、バランスよく食べて、」これだけで入院してストレスが減れば皮膚は綺麗になっていきます。そして「やりたいことが出来て云いたいことが云えるようになります」というのが基本です。これができるようにになると、ステロイドも使わなくて良くなっていきます。アトピーにこれが良い、これが悪いというものはありません。アトピーではあたりまえのことをあたりまえにしたら良くなります。

本日はとても貴重なお話をありがとうございました。  
患者さんはもちろん、家族・お知り合いの皆様にも役立てていただけることと思います。  
(オフィスメイ：三原ナミ)