

## ドクターインタビュー

## 檜澤 孝之(ひざわ たかゆき)先生

ひざわ皮膚科クリニック院長

大阪府茨木市、追手門学院大学の近くに2006年「ひざわ皮膚科クリニック」を開院。主に小児皮膚科、アレルギー皮膚科の診療を行っておられる。檜澤先生にお話を伺いました。

——先生のご経歴を拝見しますと、東京大学工学部をご卒業とあり、とても珍しく興味深いのですが…。その後、医師を目指されたきっかけなどございますか？

よく聞かれることですが納得のいく答えはないんですよ。父も兄も医者だったのですが、私は建築などに興味があって工学部に進もうかと。それから工学部を卒業して大手エンジニアリング会社に就職して3年働きました。年をとって考えが変わって来たんでしょね。物に取り組みよりも、人と関わるほうが面白いと思うようになって。家族に医者がいたということもあったと思いますね。それから何科の医者と考えた時に、皆さんも聞かれたことがあると思うんですが、「皮膚は身体と心の状態を表す」とか「皮膚を見たら、その人の生き様が分かる」なんて言葉に魅かれ、それにアレルギーっていう病態をとっても興味深く感じたのが皮膚科医を目指したきっかけでした。それから猛勉強して大阪大学医学部に入学しました。卒業後は市立池田病院(大阪市)に皮膚科医として勤務した後、わがままを云ってアメリカの総合病院「Beth Israel Medical Center」に留学させてもらいました。皮膚科を希望したかったけど、当時のアメリカは既に今の日本と一緒に1年目は内科ローテートを経験しないといけない。呼吸器も眼科も全部まわって、2年目以降は残念なことに皮膚科のポジションがなかった。そして医局に戻り、また日本で皮膚科医として働くことになりました。当時は、今のようない後期研修制度が無い時代でしたから、皮膚科に在籍しても内科ローテートを経験していたのは、私だけでしたから結構重宝してもらって、とても有意義な毎日をご過ごさせてもらいました。

——診察室から見た最近のアトピー患者さんの症状や治療についてお聞かせください。

アトピー性皮膚炎では正しい診断がとても大切です。アトピー以外のほかの皮膚疾患もありますから、その見極めをしっかり行い、アトピー性皮膚炎が疑われる場合は血液検査や皮膚検査をしてアトピーの有無を調べます。原因は個人により全く違うので正確に見極めて対処することが最も重要となり、反応性も人それぞれなので各人にあった最適な治療法を選択します。例えば幼児から学童期では花粉、ハウスダスト、ペットなどの吸入性抗原が主な原因だったりします。成人になるにつれて生活環境やストレスの影響も多くなってきます。さらに乳児では食物が原因となることが多いので、離乳食が始まる6ヶ月ごろまでに検査をお勧めしています。原因や症状に応じた治療をすることで皮膚炎を早く治してあげるだけではなく、アレルギーマーチを予防します。また食物アレルギーのお子さんには食事指導と必要に応じて負荷試験も行っています。最近では、プロアクティブ療法(TARCの数値を主審とし、湿疹などの症状が出ていないときにも一定の間隔でステロイド外用薬を使い続ける方法)を取り入れ、その治療をきっちり行うことで良くなる患者さんが多いと感じています。ステロイド外用薬の使用について、患者さんは漠然とした不安をお持ちの方がとても多くて、まだまだステロイドに対する説明不足があると痛感しますし、皮膚科医師が今後も努力しないといけないと感じています。当院は特に、お子さんを連れてお母さん方が多いのですが、お母さんにもきちんと説明することで納得される方は多いです。ただ実際には、プロアクティブ療法はステロイド外用薬を塗る正しい量と頻度を守ることに大変な労力が要ります。患者さんが理解出来るよう丁寧に説明して、ステロイド外用薬の塗る量と部位と回数を厳密に指示しないとダメです。痒いとこだけ酷いとこだけ塗るのではなく、体のここからここは、このお薬をきっちりこの量を塗る。顔にはこのお薬をまた違う量を塗るなどの指示を、ワンフィンガーチップユニット(FTU)\*を参考に示しながら、再診の時1週間分の薬をどれだけ塗ったかをチェックするなどして、患者さんに実行してもらっています。

\*フィンガーチップユニット＝外用薬の適量の目安とする為の基準。おおよそ大人の人差し指の先から第一関節までチューブから薬を出した量で、手のひら2枚分にあたる症状部位に塗る。(1フィンガー＝2ハンドとも云う)5グラムチューブの場合、1FTUの量は約0.5グラム。

——先生は、「皮膚心身医学」も行われていますが、「皮膚心身医学」について教えてくださいませんか？

「病は気から」と言うように、心と体が密接に関連していることは、昔からよく

DOCTOR INTERVIEW



DOCTOR INTERVIEW

**檜澤 孝之(ひざわ たかゆき)先生のプロフィール**

1963年	徳島県生まれ
1987年	東京大学工学部卒業
1994年	大阪大学医学部卒業 同皮膚科学教室入局
1994年	大阪大学医学部付属病院 皮膚科勤務
1995年	市立池田病院 皮膚科勤務
1996年	米国NY州 Beth Israel Med.Center 内科入局
1997年	大阪府立呼吸器アレルギー医療センター皮膚科主任
2004年	大阪警察病院 皮膚科副医長
2006年	ひざわ皮膚科 開院

---

日本皮膚科学会認定	皮膚科専門医
日本アレルギー学会認定	アレルギー専門医
その他の所属学会	
日本皮膚アレルギー学会	・接触皮膚炎学会
医学博士	

知られています。例えば、ストレスで胃が痛くなる経験は誰でもお持ちだと思います。原因(ストレス)から体の症状がでることを「心身症」と言い、胃潰瘍や高血圧はその代表的疾患です。皮膚科ではアトピー性皮膚炎、円形脱毛症、じんましんなどが心的要素の強い疾患と言われています。皮膚の炎症は外用薬を使用する事で治まりますが、原因が取り除けていないと、また再発します。心にある不安やストレスが皮膚疾患として現れている場合もあります。当院では、ストレスについても東京大学医学部診療内科TEG研究会の「TEG II テスト」という心理テストを利用して患者さんのストレスの程度、性格傾向はどうかなど、ストレスの度合いも必要に応じて評価しています。まず、自分がストレスを受けているかどうか気づくことが大切です。ストレスがどの程度あるかは本人でも分かりにくく、ストレスに対する反応も個々で異なります。性格傾向というのも人それぞれで、それぞれに違うんだということに、皆さんあまり気づいていないんですよ。例えば、仕事が遅れたときに「あの上司こんなバカな仕事を頼みやがって」と思う人、反対に「なぜ出来ないんだろう、僕はダメな人間だ」と思う人もいます。また、日々多くの患者さんを診察していると、良く似た症状でも患者さんによって受け止め方が当然違う訳です。1人の患者さんは、診察を受けていつもどおりと感じられても、もう1人の患者さんは、相変わらず良くならないと感じる方もいます。皆が同じように考えるわけではないことに気づくことが大事なんです。この部分は、自分では分かっているつもりの方がとても多いですよ。エゴグラムという心理テストならネットから無料で診断が出来ますから、一度試されても良いかもしれません。ストレスが多いと思われる場合はそれをうまく発散出来るよう心掛け、気分が落ち込んだときは気持ちを楽にする薬を服用してもいいと思います。皮膚の治療と併用して心理的治療を行うことにより高い効果を得る患者さんもおられ、皮膚と心のつながりを日々感じています。

——最後にアトピー性皮膚炎の患者さんにメッセージをお願いします。

小さなお子さんをお持ちのお母さん方は特に、アトピー性皮膚炎を不治の病のように思っている方もおられますが、それはあまり良くないことです。先程申し上げたストレスも増えてしまいますし、症状にも影響を与えます。もちろん痒いので大変なこともあります。あまり構えないで、出来るだけ気持ちを楽にして治療していきましょう。年末年始は、皆さん日常と違う日が続くと思いますが、ゆっくりと過ごすのがお勧めです。また休みを上手に利用して普段出来ない体験をするのもいいですね。リラックスして、とにかく楽しく過ごしましょう。

——本日は貴重なお話、ありがとうございました。