

ドクターインタビュー

羽白 誠(はしろ まこと)先生

はしろクリニック 院長

2010年大阪梅田に開院された「はしろクリニック」は、皮膚とこころを診療するこれまでにない診療所です。心理的・社会的要因の強い皮膚疾患を、身体面だけでなく精神面からも治療に取り組んでおられる羽白先生に心療皮膚科の治療についてお話を伺いました。

——「心療皮膚科」という標榜科目はあまり聞き慣れないのですが、詳しく教えていただけますか？

心療皮膚科は、ストレスと関連する皮膚疾患を診察する所です。皮膚の治療とこころのケアを同時に行います。具体的には、標準的な皮膚科治療に加えストレスの関与があるときは、向精神薬を併用したり、時には心理療法を行うこともあります。

皮膚科の先生が安定剤を処方するという事はあまりないと思いますが、私がストレスと関連する皮膚疾患を診察するようになったきっかけは、大学で皮膚科の診察をしていた際、会社へ行こうとすると蕁麻疹が出るという患者さんがおられて、その患者さんに安定剤を処方すると、お薬を飲んでいると症状が治まり、会社へ行くことが出来たということがきっかけで、皮膚とこころの両方を一緒に診療する心療皮膚科を始めました。

——アトピー性皮膚炎とこころの関係について、教えてくださいませんか。

アトピー性皮膚炎はストレスと関係の深い病気です。こころの状態や社会的要因も症状に影響を及ぼしています。仕事や家庭などの社会的ストレスがかかると皮膚症状が悪化するケースや、アトピーの皮膚症状のために日常生活に障害が生じることがあります。例えば顔面に発疹があり心理的な苦痛を感じて出勤や登校など外出が出来なくなるなど精神的に辛くなるのです。その他、治療がなかなかうまくいかなくてどの治療法が自分にとっていいのか分からなくなってしまふなど、一人の患者さんが複数のストレスを抱えている場合が多いのが現状です。

アトピー性皮膚炎の診察をしていると、不安になっていたたり落ち込んでいたりする患者さんを見かけます。また、同じ治療を続けているのに症状が受診の度に変化していて、季節や慢性疾患が原因では説明がつかないこともあります。症状にストレスが関与して悪化していることがありその頻度は高いと言えます。このようなストレスと関連のある状態を総称して心身症といいます。アトピー性皮膚炎の心身症は日々の診療でよく見かけられますが、皮膚科領域の心身症の専門医は全国的に極めて少ないのが現状です。普段の診察でもう少し対応出来るようになれば、アトピー患者さんのQOL(生活の質)も向上していくのではないかと考えています。

——診察や治療はどのように進められるのですか？

当院では、皮膚の治療をもちろん行いますが、ストレスの関与があるときはこころのケアを同時に行います。皮膚の治療はステロイド外用薬を中心とした治療です。その上でこころのケアをします。

最初の問診は30分ぐらい時間をかけて行います。そのため心療皮膚科は完全予約制です。症状によって、ストレスの悪化を防止する必要があれば、ストレスとその原因を認識すること、リラックスする練習やストレスを軽減する方法を提案します。そして、心理的苦痛や気分の落ち込みや不安がある場合には向精神薬の併用も検討します。

また、簡単な、かゆみや掻破の日記を付けてもらうこともあります。「今日は何回ぐらいどんな時に掻いた」など簡単に記録してもらいます。日常生活でどんな時に掻いてしまうのか、掻破の状況に気づいてもらうセルフモニタリングですね。掻いていることに気づいたらポケット



羽白 誠(はしろ まこと)先生のプロフィール

【略歴】

昭和61年3月 大阪大学医学部卒業
平成3年3月 大阪大学大学院医学研究科博士課程(皮膚科学)修了
平成3年4月 箕面市立病院皮膚科
平成6年4月 箕面市立病院皮膚科医長
平成6年10月 関西労災病院皮膚科医長
平成11年4月 大阪大学大学院医学研究科非常勤講師(平成17年3月まで)
平成13年4月 国立大阪病院皮膚科部長
現在 独立行政法人 国立病院機構 大阪医療センター
平成16年4月 大阪警察病院皮膚科部長
平成17年4月 大阪大学大学院医学研究科招聘教員(現在も)
平成20年4月 神戸女学院大学人間科学部非常勤講師(兼務)(平成23年度まで)
平成22年3月 大阪警察病院皮膚科部長退職

【資格】

日本皮膚科学会 認定 皮膚科専門医
日本心身医学会 認定 心身医療「皮膚科」専門医
日本心身医学会 研修指導医
日本心療内科学会 登録医
日本医師会 認定 産業医

【学会役員】

日本皮膚科心身医学会事務局長

に手を入れるなどの拮抗運動を提案するなどしています。掻く回数が減ると皮膚に傷が付くのを減らせます。これは、本人が治そうという気持ちがないと難しい治療でもあります。

リラックスする方法としては自律訓練法を提案します。患者さんには私が指導していますが、自分ですることも可能です。リラックスするための自己催眠みたいなもので、DVDなども販売されていますし、インターネットでも公開されているかと思います。これは、自律神経の緊張をほぐす練習で、アトピーの人は自律神経が乱れていることが多いのでバランスが整うと効果が期待出来ます。

——アトピー患者さんにメッセージをお願いします。

まずはお医者さんの言うことを信じるのが大切です。治療を受け入れてくれない人はなかなか治りにくいと感じています。疑ってかかってしまうと、医療機関を転々としてしまったり、民間療法にはまってしまったりして良くありません。自分でアトピーだということを受け入れて、治そうとする気持ちが大切です。完全に受け身の状態でアトピーを治すのは難しいです。そういう場合は精神科のお薬などでうつや不安の気分を治しながら皮膚疾患の治療をします。抗ヒスタミン薬が効かなくても、抗不安薬や抗うつ薬などが痒みに効く場合もありますし、保湿剤やステロイド外用剤と組み合わせて時間をかけてコントロールしていくことが大切です。

——ありがとうございました。

先生は「鉄道」がお好きで、休日や時間があるときは鉄道に乗りながら趣味の写真撮影も楽しんでおられるそうです。