

# 蕁麻疹（じんましん）

## ～その種類と治療について～

健 康

通 信

常陸大宮済生会病院

小児科医長  
佐藤 未織先生

じんましんとは、皮膚の一部が突然に赤くくっきりと盛り上がり（ぼうしん膨疹）、多くはかゆみを伴い、やがて跡形もなく消えてしまう疾患です。

大きさは数mmから数十cmまで様々で、それぞれの膨疹はほとんどが数分から数時間で消失します。ありふれた疾患ですが、その病態には未知の部分が多く残されています。

特発性じんましん

### <急性じんましん>

発症してからの期間が1カ月以内のものを呼び、特に子どもは、風邪など一過性の感染症に伴うものが多く、その感染症の治癒に伴いじんましんも消失します。

### <慢性じんましん>

発症してから1カ月以上経過したものを呼び、夕方から夜間にかけて症状が出現、悪化するものが多いとされ、感染、疲労、ストレス、自己抗体などが複合的に関与するといわれています。

特定の原因が明らかな刺激誘発型のじんましんには、アレルギー性じんましん、非アレルギー性じんましん、物理性じんましんなどがあります。アレルギー性じんましんは、食物、植物、薬剤、昆虫の毒素など特定のアレルゲンによる即時型アレルギー反応で、アレルゲンへ曝ばくされた後、数分から数時間以内に発生します。非アレルギー性じんましんは、タケノコ、古くなったサバなどに含まれるヒスタミンという成分で誘発されます。また物理性じんましんには、刺激の種類により機械性じんましん、寒冷じんましん、温熱じんましん、日光じんましんなどがあります。

じんましんの診断には問診、皮疹の性状と経過が大切で、そこから病型を絞り込みます。治療は原因の除去・回避、抗ヒスタミン薬を中心とした薬物療法が基本になります。治療の目標は、症状出現がない、または生活に支障のない程度まで症状が制御されている状態にすることです。過労やストレス、睡眠不足などもじんましんを誘発する悪化因子になるので、規則正しい生活をして、疲労やストレスをできるだけ溜めない、過度の飲酒を避けるなども大切です。

