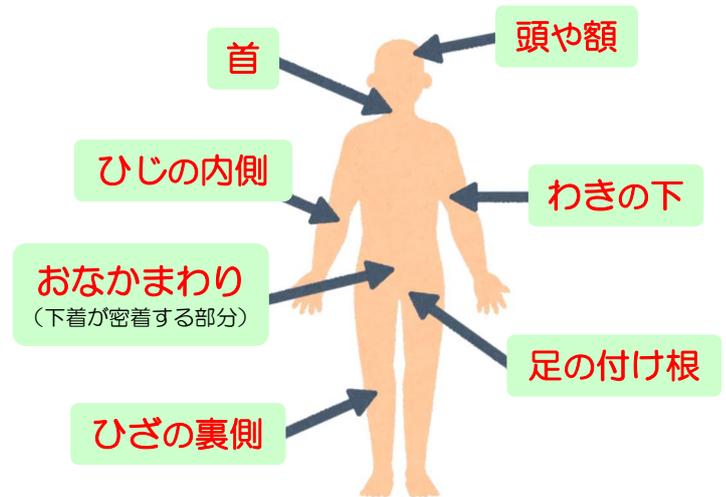


あせもがよくできて困ってる人いませんか？

あせもができないように、^{かのう}化膿させないために

<あせもができやすい場所>

- 汗が乾きにくい、蒸れやすいところ
- 急激に大量の汗をかいたところ



あせもができないようにするには

- 汗をかいたら早めに汗を拭き取ったり洗い流す、ぬれた服を着替える
- 肌着や下着は通気性がよい、汗を吸収しやすい、汗が乾きやすいものにする
- できるだけ高温多湿の環境を避ける



あせもができたときは

かゆみが

- ない場合：皮ふを清潔に保っていれば、数日で自然に治ります。
- ある場合：^{かのう}化膿*させないために、^か搔いてはいけません！
かゆみ止めの塗り薬で、早くかゆみをおさえましょう。
皮ふを清潔に保っていれば、約1週間で自然に治ります。



※ 搔いて傷ができると、細菌が侵入して化膿する(腫れて痛んだり、膿が出る)ことがあります。化膿したところを搔いた手で別のところを搔いて新たに傷ができると、**そこも化膿**してしまい、**治りにくくなります**。このように“飛び火”のように広がっていくことを**とびひ**と言います。

参考：今日の治療指針 2020、日本皮膚科学会 HP、田辺三菱製薬 HP、第一三共ヘルスケア HP

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

《 出張相談会 保健室に学校薬剤師が来ます 》
ドラッグレターの内容、医薬品や健康、薬物乱用などについて、相談・聞きたいことがある人は保健室まで！
7月12日(火) 16時30分～17時30分

作成・発行元 北陸大学薬学部
准教授 大柳賀津夫(学校薬剤師)
准教授 岡本晃典(薬剤師)
5年生 小坂航太、瀬戸和志



データベース（WEBサイト）における「解説やもっと知ってほしいことなど」で表示するもの

「あせも」とは

専門用語で汗疹（かんしん）と言います。

汗が乾きにくい、蒸れやすい部位や、急激に大量の汗をかいた部位で、汗の通り道（汗管（かんかん））が詰まって汗がスムーズに排出されず、汗管内に汗が貯まって周辺の組織に漏れ出ることによって生じます。

あせもには、以下の3タイプがあります。

<水晶様汗疹（すいしょうようかんしん）>

直径数ミリメートルの透明な**水ぶくれ**が、皮ふにポツポツと生じます。「白いあせも」とも呼ばれます。

汗管のつまりが、皮ふの表面に最も近い部分（角質層）で起きたものです。**かゆみや炎症はほとんど見られません。**

<紅色汗疹（こうしょくかんしん）>

かゆみや**赤いブツブツ**が、皮ふに生じます。「赤いあせも」とも呼ばれます。

汗管のつまりが、皮ふの表面に比較的近い部分で起きたものです。一般的に**あせもと言え、この紅色汗疹を指します。**

<深在性汗疹（しんざいせいかんしん）>

なだらかな盛り上がりが、皮ふに敷石のように生じます。

紅色汗疹よりも深い部分で、紅色汗疹を繰り返すことで起きます。主に熱帯地方で見られる症状で、日本ではあまり見られません。

※ 赤ちゃん・子どもにあせもができやすい理由

汗を作る汗腺（かんせん）や汗管の数は大人も赤ちゃん・子どもも同じですが、赤ちゃん・子どもは大人に比べて体表面積が小さいため汗腺や汗管が密集していること、また代謝が活発なのでよく汗をかくことから、汗が乾きにくく、蒸れやすくなっているためです。

あせもの治療

<水晶様汗疹>

皮ふを清潔に保っていれば、**数日**で水ぶくれが乾燥し、自然に治ります。

<紅色汗疹>

皮ふを清潔に保っていれば、**約1週間**で自然に治ります。

しかし、かゆみを伴うことが多いため搔いてしまうと傷ができ、治りが遅くなります。傷ができたところが化膿して「とびひ」が起こってしまうと、ますます治りにくくなります。

そのため搔いてしまわないように、早めにかゆみ止めの塗布薬（塗り薬）を塗ってください。かゆみ止めは、傷ができる前はステロイド塗布薬を、傷ができた後は化膿止め入りのステロイド塗布薬を使用します。

<深在性汗疹>

皮ふを清潔に保っていれば、多少時間はかかりますが自然に治ります。

以下の場合には、病院を受診しましょう。

- ・どのタイプも、手のひら2~3枚分を超える広い範囲に症状が出ている場合。
- ・症状が良くなったり悪くなったりして、なかなか治らない場合。
- ・「とびひ」が見られる場合。

「とびひ」とは

「とびひ」は俗称で、正式病名は伝染性膿痂疹（でんせんせいのうかしん）と言います。細菌による皮ふの感染症です。

原因となる主な菌は黄色ブドウ球菌や溶血性連鎖球菌など、常に皮ふ表面に存在する細菌です。あせもだけでなく、虫刺され、湿疹などが生じてかゆみを伴う場合、搔いてしまつて傷ができると、そこから細菌が侵入して化膿することがあります。化膿したところを搔いた手で別のところを搔いて新たな傷ができると、そこも化膿してしまい治りにくくなります。このように“飛び火”のように広がっていくことを「とびひ」と言います。

「とびひ」のタイプには、乳幼児に多く見られる「水ぶくれができるタイプ」（水疱性膿痂疹：すいほうせいのうかしん）と、成人を含めどの年齢にも見られる「かさぶたができるタイプ」（痂皮性膿痂疹：かひせいのうかしん）の2つがあります。

タオルや衣類から他の人にうつる可能性もあるため、「とびひ」が見られたら家族などとの共用は控えてください。しかし、洗濯は一緒に行っても大丈夫です。

参考：今日の治療指針 2020、日本皮膚科学会 HP、田辺三菱製薬 HP、第一三共ヘルスケア HP

『相談薬局』一覧



医薬品や健康、薬物乱用などに関して分からないことがあったり、もっと色々知りたいと思ったとき、相談薬局の薬剤師が相談に乗ってくれたり教えてくれます。気軽に薬局に行っても電話しても大丈夫です! (薬局が混雑しているときは、相談がすぐにできなかつたり、返事が遅くなる場合があります)

かかりつけの薬局がある場合は、そちらに相談しましょう。

たかやま薬局

住所：末町 19-67
電話：076-229-0031
月～金 9:00～18:30
土 9:00～17:00
**スポーツファーマシスト
がいます!**



末町明德薬局

住所：末町 16-21-3
電話：076-229-2733
月・火・木・金
9:00～18:30
水 9:00～17:00
土 9:00～13:00



てまり涌波薬局

住所：涌波 1-8-33
電話：076-213-5005
月～金 9:00～18:00
土 9:00～13:00



メディ菊川薬局

住所：菊川 1-17-15
電話：076-264-9344
月～金 9:00～17:30
土 9:00～14:00



朝霧台あおば薬局

住所：田上本町 3-203
電話：076-263-7800
月・火・木・金
9:00～18:15
水 9:00～17:00
土 9:00～13:00



田上はなの木薬局

住所：田上の里 2-146
電話：076-234-1210
月～金 9:00～18:00
土 9:00～13:30

もりの里はなの木薬局

住所：田上の里 2-148
電話：076-234-1170
月～土 9:00～18:30



小立野台コメヤ薬局

住所：小立野 2-42-36
電話：076-224-9191
月～金 9:00～19:00
土 9:00～13:00



アカンサス薬局

住所：石引 1-8-18
電話：076-265-7602
月～金 9:00～18:00



中村漢方薬局

住所：石引 1-5-23
電話：076-231-3758
月～金 9:00～19:00
土 9:00～17:00



合名会社 吉野薬局

住所：石引 2-6-5
電話：076-231-5147
月～金 9:00～19:00
土 9:00～18:00

