

+ おくすりばこ

松本薬剤師会
会営村井薬局ニュース
第151号 R5年2月15日発行



名前はムラビット！！

寒い季節に出る「じんましん」の代表として「寒冷じんましん」があります。「寒冷じんましん」とは、「寒暖差アレルギー」とも呼ばれ、皮膚が冷たい風や空気に触れたり、冬の屋外などで冷たいものに接触することで、かゆみが出ると考えられています。市販薬として抗ヒスタミン成分含有の塗り薬が効果的です。まずはお近くの薬局・薬剤師にご相談下さい。

はじめに

そもそも「じんましん」は、皮膚の中にある肥満細胞と呼ばれる部位に、刺激が加わることで皮膚の組織の中に「ヒスタミン」という物質が発生し、皮膚の炎症、かゆみを起こす症状のことを言います。

「うっかりアレルギー症状の出る食物を食べてしまった」「草むらで“うるし”に触れた」「金属アレルギー」などにより、皮膚が赤くなったり、発疹・島状にいくつものふくらみをもった炎症、かゆみが出たことのある方も多いかと思えます。



寒冷じんましんの原因

「寒冷じんましん」とは、「寒暖差アレルギー」とも呼ばれ、皮膚が冷たい風や空気に触れたり、冬の屋外などで冷たいものに接触することで、かゆみが出ると考えられています。実は寒冷じんましんの主たる原因について、まだ分からないことが多いのが現状です。

寒冷じんましんの特徴

症状の多くは、接触直後から数十分以内に部分的、局所的に発症し、数時間で自然に軽減します。しかし、中には長時間にわたり症状が続いたり、からだ全体に症状が出たりすることもあります。



寒冷じんましんの多くは、
数時間で自然に軽減します。



寒冷じんましの対処法

寒冷じんましんに対しては、対処療法が有効です。冷えが原因ですので、まずは全身を温めて下さい。更に、内服薬として抗ヒスタミン成分含有の飲み薬や、外用剤でもステロイド剤や抗ヒスタミン成分含有のクリーム、軟膏を用います。

いずれも市販薬として販売されていますので、お近くの薬局で入手することが出来ます。その際は薬剤師にご相談下さい。



抗ヒスタミン成分含有の飲み薬や、塗り薬の市販薬があります。薬剤師にご相談ください。

最後に

寒冷じんましんは、寒暖差の影響を受けると発症することが分かっています。日ごろから衣類の重ね着などで体を冷やさないようにしましょう。寒い日の外出時には手袋やマフラー、スカーフなどを積極的に用い、薄着でのお出かけは避けて下さい。

また、お風呂上りの湯冷めにも注意したいところです。特に入浴直後にアイスクリームを食べたり、冷たい飲み物を摂ることも控えた方が良さそうです。サウナに入ったあと水風呂に入ることにより、症状が出る方もいます。

なお、寒冷じんましんを繰り返し起こす方や、加齢に伴い寒冷じんましんを発症するようになった方は、じんましんを増悪させるその他の原因があることも考えられます。アレルギー反応のほかに免疫反応も影響しているかもしれません。アレルギーに関しては、血液検査などで確認することが出来ますので、早めに医療機関への受診を検討してみてください。



日ごろから衣類の重ね着などで体を冷やさないようにしましょう。

◎お薬のことや健康のことで困っていることなどありましたら、
いつでも薬剤師にご相談下さい。

松本薬剤師会 会営村井薬局
松本市村井町南 4-2-10
TEL (0263) 58-1202
FAX (0263) 57-9823