

はじめに

1 まずはかゆみを知ろう!  
目次へ戻る

2 かゆみを探点しよう!  
目次へ戻る

3 かゆみをやっつけよう!  
目次へ戻る

このページを印刷する (PDF:166KB)

## ③ かゆみをやっつけよう

### (1) 強い<sup>がいようりょうほう</sup>かゆみがある時の外用療法

1. 皮膚炎を抑える必要性<sup>ひふえん おさ ひつようせい</sup>
2. 強いかゆみがある時の注意事項<sup>ちゆういじこう</sup>
3. 病気やステロイド外用薬への不安<sup>がいようやく</sup>
4. ステロイド外用薬はなぜ効くのか?<sup>き</sup>
5. ステロイド外用薬の種類<sup>しゆるい</sup>
6. 塗り薬の適量(使用量のめやす)について<sup>ぬりやく てまりよう</sup>
7. ステロイド外用薬の塗り方
8. ステロイド外用薬の副作用<sup>ふくさよう</sup>
9. ステロイド外用薬の長期使用のやり方
10. プロトピック軟膏の利点と使い方<sup>なんこう</sup>
11. プロトピック軟膏の使用量の制限と適量<sup>せいげん</sup>
12. プロトピック軟膏の副作用
13. 紫外線照射療法<sup>しがいせんしやうしやりようほう</sup>

### (2) 弱い<sup>じゆうい</sup>かゆみがある時の外用療法

1. 弱いかゆみにはまずスキンケアを
2. スキンケアの要点<sup>てんてん</sup>
3. 保湿外用薬の塗り方
4. 保湿外用薬の種類

### (3) かゆみを軽減<sup>けいげん</sup>させる飲み薬

- (4) かゆくなってしまうたら: 掻くかわりに<sup>か</sup>
- (5) かゆくならないように工夫する
- (6) かゆくなってしまうたら:  
掻いても害が少ないように

強いかゆみがある場合には、(1), (2), (3), (4), (5), (6)を組み合わせせて試してみてください。

弱いかゆみがある場合には、(2), (3), (4), (5), (6)を組み合わせせて試してみてください。効果がなければ、(1)を行ってください。

