

はじめに

① まずはかゆみを知ろう!  
目次へ戻る② かゆみを採点しよう!  
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:142KB)

## ③ かゆみをやっつけよう

## (1) 強いかゆみがある時の外用療法 (ステロイド外用薬やプロトピック軟膏を中心にしましょう)

## 7. ステロイド外用薬の塗り方

かゆみが強いときは、1日に2回はシャワーを浴びて、汗やよごれを落としましょう。ただし、石ケンの使用は1日1回だけにしてください。そして、保湿外用薬を使用します。保湿外用薬は、医薬品でも市販のものでも構いません。使用感の良いものを選んで使ってください。乾燥しているところにまんべんなく、できるだけ広めに塗って伸ばします(スキンケア参照)。



その後、ステロイド外用薬の適量を重ねて塗ります。ステロイド外用薬は、強い炎症を起こしているところ(赤くなっているところ、引っ掻いて皮膚がゴワゴワ硬くなっているところ、かゆみ強いところ)に塗ります。大まかにはⅢ群(ストロング)以上の強いステロイド外用薬であれば、1日1回で十分な効果が得られるようです。ですから、保湿外用薬は1日2回使用し、ステロイド外用薬は1日1回保湿外用薬の上に重ね塗りすることになります。効果が不十分な場合には、ステロイド外用薬も1日2回塗っても構いません。

一方、Ⅳ群(マイルド)以下の弱めのステロイド外用薬の場合、1日1回では、効き目はあっても不十分で、なかなか完全に皮膚炎をコントロールできないことがあります。1日1回で効果が不十分な場合、1日2回塗ってください。1日1回でよいか、あるいは何回か塗る必要があるかは、患者さんの皮膚の状態と使用する外用薬の強さを考えて決めるべきですので、主治医に相談してください。

▲ ページトップへ

&lt;&lt; 前のページへ

次のページへ &gt;&gt;