

はじめに

まずはかゆみを知ろう!
[目次へ戻る](#)かゆみを探点しよう!
[目次へ戻る](#)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 \(PDF:136KB\)](#)

③かゆみをやっつけよう

(6) かゆくなってしまったら：搔いても害が少ないように

ひ 引っ搔けない皮膚では、皮膚炎は軽くなります。引っ搔くことがいかに皮膚炎を悪化させ、かゆみを悪化させるかがわかります。以下のような工夫が効果的です。

- 爪は短く切り、引っ搔きによる皮膚のダメージを防ぎましょう。
- 引っ搔きやすいところにガーゼ・包帯・ネットなどを巻きましょう。チュビファーストのような筒状の包帯をはめるのも効果的です。
- 寝る時に長袖・長ズボン・手袋を着用すると、直接爪で引っ搔かなくてすみます。
- 袖や裾がまくりあがらないようにテープやひもで結ぶと、直接爪で引っ搔かなくてすみます。幼小児には有効です。

[▲ページトップへ](#)[<<前のページへ](#) [目次へ>>](#)

厚生労働省科学研究費研究班(平成17~19年度)「アトピー性皮膚炎の症状の制御および治療法の普及に関する研究」作成

Copyright(c)2006 kyushu University, Graduate School of Medical Sciences, Department of Dermatology. All Rights Reserved.