



あせもについて

あせもとは、大量に汗をかいたときに汗を排出する汗管（かんかん）が一時的につまることで汗がスムーズに排出されないことで起こります。汗をかきやすい夏場には、特に発症頻度が多くなるため注意が必要です。今回は種類、予防方法などについてご紹介します。

【種類】

あせもは汗管がつまる深さで3種類に分けられます。

① 水晶様汗疹（すいしょうようかんしん）

皮膚のごく浅い部分でつまりが起きた時に発生。直径数ミリの透明な水ぶくれが現れ、ほとんどの場合かゆみや炎症はありません。数日で自然に目立たなくなります。赤ちゃんの顔にできやすい種類ですが大人でも発熱を伴う病気の際に発生することもあります。

② 紅色汗疹（こうしょくかんしん）

表皮部分でつまりが起きた時に発生。一般的に言われている汗疹です。炎症がおきて痒みや赤みのあるぶつぶつが見られ、湿疹、膿が出ることもあります。高温多湿の環境下で汗をたくさんかいた時に現れやすく、乳幼児、肥満の方、汗かきの方に多い症状です。

③ 深在性汗疹（しんざいせいかんしん）

皮膚の深い部分でつまりが起きた時に発生。紅色汗疹を繰り返すことでなだらかな盛り上がりが出るようになります。主に熱帯地方で見られる症状です。

【予防方法】

あせもの予防には日常的なケアが必要です。

- 高温多湿の環境を避ける
- こまめに汗を拭き、シャワーを浴びるなど清潔を保つようにする
- 吸湿性、通気性のいい下着を着る
- 保湿剤を塗る



【治療薬】

治療は皮膚を清潔に保つことが基本ですので自宅でのケアをしっかり行いましょう。薬での治療はぬり薬を使用することが主ですが、症状がひどいようなときは、かゆみ止めや抗生物質などを飲むことがあります。症状が続いたり悪化するようであれば専門医を受診しましょう。

- ・ 炎症を抑えるステロイド外用薬（ロコイド軟膏、リンデロンV軟膏など）
- ・ 細菌をやっつける抗生物質（フロモックス、メイアクトなど）
- ・ かゆみ止め（アレグラ、ザイザル、アレロックなど）

市販薬では下記のような商品も販売されています

フルコートF（ステロイド剤）、アセモアパウダースプレー、ユースキンあせもパウダークリーム（ステロイドなし）、ユースキンあせもジェル（予防に）、ユースキンあせもシート等

調剤薬局を上手く利用する ポイント5カ条

1 お薬手帳は薬局との交換日記

お薬手帳はあなたのお薬の情報を記録しておく『お薬の日記帳』です

- ・飲んだ時の体調や、次回先生に聞きたいことなど気になることをメモしてみましょう。

2 あなたの情報



積極的にあなたの情報を伝える事であなた自身を守ることにつながります

- ・他に飲んでいるお薬や健康食品、市販のお薬はありませんか？
- ・アレルギーはありませんか？

3 薬剤師に相談

どんな些細なことでも相談してみましょう

- ・毎日お薬を飲んでいて気になることはありませんか？
- ・お薬のうっかり飲み忘れはありませんか？
- ・飲みづらいお薬はありませんか？
- ・お薬が余ったりしていませんか？



4 今日の処方されたお薬を薬剤師と一緒に確認

あなたの健康を守るための大切なお薬です

今日の処方されたお薬の用量、処方日数などはこれでよろしいですか？

5 あなたのお薬のアドバイザー『かかりつけ薬剤師』

鶴岡ひまわり薬局にはお薬のプロである薬剤師がたくさんいます

お薬や病気・健康管理について相談してみませんか？



一般社団法人ファルマネット山形 鶴岡ひまわり薬局

山形県鶴岡市日枝字海老島 161 番地の2 TEL: 0235-28-3500

