



まだまだ暑い日が続く9月。日常生活の中で浴びる紫外線の量は多くなると思います。もちろん日焼けには皆さん注意されていると思いますが、日焼けとは別に「**光線過敏症**」をご存じでしょうか？

「**光線過敏症**」は、日光を浴びることで皮膚にかゆみや赤み、発疹がみられる病気のことです。今月は「**光線過敏症**」の原因や対策についてご紹介したいと思います。



光線過敏症とは…？

光線過敏症とは、日光に当たることが引き金となって、皮膚のかゆみや赤み、発疹などが生じる病気です。日光によって免疫系が過剰な反応を起こして症状が出ると考えられていることから、「**日光アレルギー**」とも呼ばれます。紫外線を浴びることで皮膚が赤く炎症を起こしたり黒くなったりする日焼けは、ある程度強い日差しを浴びれば誰にでも生じるものです。一方、光線過敏症の場合、通常では反応が起きないような紫外線の量でも症状が出る場合があります。また、紫外線だけでなく、日光に含まれる可視光線で症状が出ることもあります。どの程度の日差しを浴びたら皮膚症状が起きるかは個人差が大きいですが、重度の場合は、屋内で窓から差し込む日光を浴びるだけで反応してしまうケースもあります。



体質によるものや薬が原因となることも…

光線過敏症の代表的な種類として、日光じんましんと多形日光疹があります。これらは明確な原因が分かっておらず、体質によるものと考えられます。

●日光じんましん

日光に当たった部分に、大きく盛り上がったような発疹や赤み、かゆみが生じます。通常は、日差しを浴びてから数分程度で発症し、数時間以内に消えることが多いですが、長時間にわたって症状が続くことがあります。



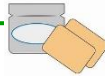
●多形日光疹

日光に当たった部分に、赤くぶつぶつした発疹が生じます。通常は、日光に当たってから30分～数時間後に発症することが多いですが、翌日以降に発症することもあります。症状は数日経つと自然に消えることが多いですが、何度も繰り返すと色素沈着を起こす場合もあります。また、薬などの化学物質や化粧品、食品などが日光によって変化することでアレルギーとなり、光線過敏症が生じることがあるといわれています。



●光接触皮膚炎

貼り薬や塗り薬などの外用薬を使った部分に日光が当たると、赤みや発疹などの症状が出る場合があります。



この他、膠原病など免疫にかかわる病気や、遺伝性疾患などが原因となって光線過敏症が生じることもあります。

予防のためには日光をできるだけ避けましょう

光線過敏症の再発を予防するためには、日光をできるだけ避けることが大切です。

「**帽子や日傘を使用する**」「**長袖の衣服を着用して肌の露出を避ける**」といった対策を取りましょう。

日焼け止めも1年中使用することがおすすめされています。意外と塗り忘れがちなのが「手の甲」です。

また、長袖から半袖になったタイミングで発症する患者さんも見受けられます。それまで日光に当たっていなかった部分の皮膚も含め、肌が露出される部分にまんべんなく塗るようにしましょう。

ただ、日焼け止めの成分でかぶれや光線過敏症を起こすケースも見受けられます。

夜間や帰宅後などは、速やかに落とすことも大切です。



光線過敏症の症状は、数日で自然に消えることが多いですが、長く続いたり、何度も症状を繰り返したりするようであれば、皮膚科の受診をおすすめします。また、日光を浴びることで症状が出るため、衣服で隠れず見えやすい顔などに症状が出ることも多く周囲の人の目が気になるケースもあるかもしれません。早めに症状を落ち着かせるためにも、我慢せず受診しましょう。

～今月の担当は、宮崎です～



全国の医療機関の処方箋を受け付けます
お気軽にご相談ください

きりん薬局 原田店

熊本県球磨郡多良木町大字多良木2899

TEL 0966-42-6900 FAX 0966-42-6910

