

蕁麻疹

愛媛医療生協

【蕁麻疹とは？】

蕁麻疹は、皮膚の一部が赤く盛り上がり、かゆくなる病気です。赤く盛り上がった部分を膨疹と呼び、大小様々な形で身体全体にできることもあります。

【原因・誘因・病態】

蕁麻疹の発生機序、誘因、臨床症状は多岐にわたります。蕁麻疹では原因が分からないことが殆どです。

皮膚の内側の真皮には、免疫に関与するマスト細胞が存在します。マスト細胞はヒスタミンを始めとする化学伝達物質を蓄えており、何らかの刺激を受けることによってこれらを放出します。これらの化学伝達物質が皮膚の微小血管と神経に作用することによって、血管拡張（皮膚の赤み）、血漿成分の漏出（膨疹）、痒みを生じます。

代表的な蕁麻疹の誘因

食 物	アレルギーの原因となる食物：鶏卵、牛乳、小麦、ピーナッツ、魚卵、エビ、ソバ、アヒス、獣肉、納豆など 仮性アレルゲンを含む食品：豚肉、タケノコ、餅、香辛料など ヒスタミンを多く含む食物：サバ、マグロ、トマト、ほうれん草 食品添加物：防腐剤、人工色素
物理的刺激	擦過、摩擦・圧迫、寒冷、日光、温熱、振動など
薬 剤	抗生剤、NSAIDs、造影剤、防腐剤、コハク酸エステルなど
植 物	イラクサ
昆 虫	蜂、ムカデなど（刺された時）
そ の 他	運動、発汗、疲労、ストレス、風邪（感染症）など

【好発年齢】 どの年齢でも起こるが、学童から20歳代までが多い

【症状】

痒みを伴う膨疹（赤みを伴う限局性の浮腫）が突然現れ、数時間～24時間以内で消えてしまいます。通常、痕が残ることはありません。蕁麻疹の種類によっては、繰り返し起こったり、膨疹が数日～数ヶ月にわたり、決まった時刻に発生することもあります。

【治療】

- ①できるだけ特定の原因を探して、原因・悪化因子の除去・回避
- ②第2世代抗ヒスタミン薬の内服、または、症状がひどい場合は抗ヒスタミン薬の点滴注射

③補助的治療薬やステロイドの内服

***塗り薬は効果が期待できません**

【予後】

ほとんどの蕁麻疹は時間の経過と共に治癒します。息苦しさや低血圧を伴う場合（アナフィラキシーショック）は入院して経過を見ることもあります。

【蕁麻疹の主たる病型】 4群 16病型

I. 特発性蕁麻疹（原因の特定が難しい蕁麻疹：約70%）

①急性蕁麻疹・・・1ヶ月以内 ②慢性蕁麻疹・・・1ヶ月以上

II. 刺激誘発型の蕁麻疹

③アレルギー性の蕁麻疹（約5%）

④食物依存型運動誘発性アナフィラキシー

⑤非アレルギー性蕁麻疹 ⑥)アスピリン蕁麻疹

⑦物理性蕁麻疹 ⑧コリン性蕁麻疹 ⑨接触蕁麻疹

III. 血管性浮腫

⑩特発性の血管性浮腫 ⑪外来物質起因性の血管性浮腫

⑫C1エステラーゼ阻害因子の低下による血管性浮腫（HAE）など

IV. 蕁麻疹関連疾患

⑬蕁麻疹様血管炎 ⑭色素性蕁麻疹 ⑮Schnitzler 症候群

⑯クオピン関連周期熱症候群

【検査】

検査で原因を特定出来る可能性は約5%と低いため、ほとんどの蕁麻疹では検査は必要ありません。アレルギー性蕁麻疹を疑う場合は、特定のアレルゲンに対してアレルギー検査を行うこともあります。血管性浮腫を疑う場合は、C1インヒビターの検査をします。

【日常生活で気をつけること】

- ・蕁麻疹が出来たら、なるべく搔かない様にしましょう。搔くことによってマスト細胞が刺激され、蕁麻疹がますます酷くなります。冷やすことによって痒みが治まることもあるようです。
- ・ヒスタミンを多く含む食物は控えましょう。
- ・熱いお風呂や、激しい運動は控えましょう。汗をかいたり、体温が上がることによって蕁麻疹が誘発されることがあります。
- ・刺激の少ない、締め付けのない、ゆったりとした服装を心がけましょう。
- ・蕁麻疹が一旦良くなっても、内服をすぐに止めると再発することがあります。蕁麻疹が落ち着いても、数日間は内服を続けて様子を見てください。

(2019/09/06)