

環境の変化の多い
春は要注意

ガマンできない 激しい痒み! じんましん対策

人口の約20%が一生涯のうちで一度は経験するという「じんましん」。食べ物や感染症、物理的刺激などのほか、ストレスや疲労によって起こることも多いため、入学や就職、引越し、人事異動など、生活環境の変化が大きい春は注意が必要です。

じんましんとは

皮膚の一部が突然赤く盛り上がったと思ったら、数十分～数時間で消えたり、別の部分に再びあらわれたりする「じんましん」。自覚症状として、強い痒みやチクチクとした痛み、焼けるような感じを伴う場合があります。大きさは直径1～2ミリくらいから数十センチくらいのもので、形は円形、楕円形、線状、地図状と様々です。またじんましんには、アレルギー性のもので、非アレルギー性のものがあります。1ヶ月以内でおさまるものを「急性じんましん」、1ヶ月以上にわたって断続的に発症するものを「慢性じんましん」といいます。

どうして痒くなるの?



じんましんによる痒みは、「ヒスタミン」という物質によって引き起こされているといわれています。こざれていると知らずに、ヒスタミンは皮膚や血管周辺にある「肥満細胞」内に存在する物質で、皮膚が何らかの刺激を受けた時、その肥満細胞からヒスタミンが分泌され、神経が刺激されて痒みが出てしまうのです。

アトピー性皮膚炎とじんましんの違い



アトピー性皮膚炎は激しい痒みを伴う湿疹が同じ場所に繰り返し起こるため、皮膚に色素沈着を起こして表面が黒ずんできます。じんましんは、通常、消えたあとは正常化するので色素沈着は残しません。

薬剤師 アドバイス

じんましんはうつらない!

じんましんは感染症ではないため、患部に触れたとしてもうつる心配はありません。また、じんましんになりやすい体質が遺伝することもあります。

