



生活がわら版 アレルギー性皮膚炎



アレルギー性皮膚炎とは

アレルギーとなる物質が皮膚と接触することにより皮膚にアレルギー反応が起こり、皮膚の湿疹や炎症で、かゆみのある浮腫ができ、赤い斑点が発生するなどの症状がでます。

接触後に皮膚に光が当たって初めて症状が現れるものを光接触皮膚炎と言います。

アレルギー性皮膚炎の種類

① 食物アレルギー（食餌性アレルギー性皮膚炎）

肉類や卵、乳製品、大豆、小麦などのタンパク質・炭水化物などが原因で起こるものです。



② アトピー性皮膚炎（吸引性皮膚炎）

ダニ、カビ、花粉、ハウスダスト、室内塵などが原因となる皮膚炎で鼻や口からダニなどを含む空気を吸入することでアレルギーを発生します。



③ アレルギー性接触性皮膚炎

生活環境のあらゆる物がアレルギーとなるもので、特にシャンプーやカーペット、樹脂製の食器などが原因となることが多いのが特徴です。



④ その他の原因

虫等に刺されたときに、その唾液が原因となるものがあります。たとえば刺咬性のあるツメダニやノミなどは唾液や分泌物質がアレルギーとなってアレルギーを引き起こします。



湿疹予防に日頃から心がけておきたいこと

- いつも清潔に
- かゆみを増長させるアルコールや刺激物はほどほどに
- 万病の遠因でもあるストレスは溜めないようにする
- 規則正しい生活をして、体を常に健康に保つように
- 原因物質が分かっている場合は、原因物質に触れないように努める
- 肌が弱い人は、夏場もできるだけ皮膚を露出しない服装で
- 保湿を心がける
- 睡眠を十分とる

