

かん せん 乾癬について

監修

福岡大学 医学部 皮膚科学教室 教授

今福 信一 先生

医療機関名

ノバルティス ファーマ株式会社

CTX00039GG0005
2021年1月作成
2022年12月改訂



かん せん 乾癬とは？

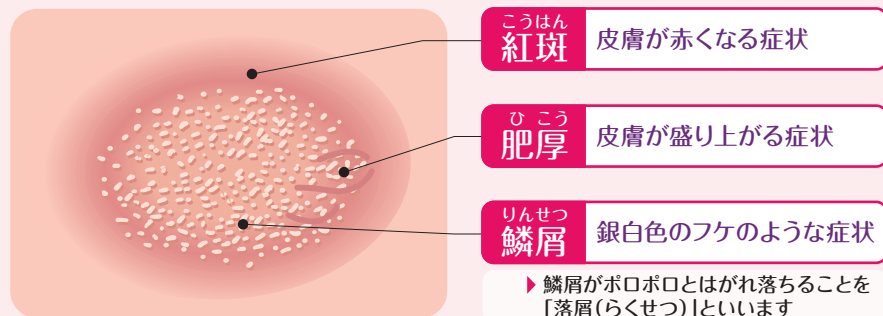
おもに**皮膚に症状が現れ**、
よくなったり悪くなったりを**繰り返します**。
関節に痛みや腫れ、変形がみられることもあります。



- ● ● 皮膚が赤く盛り上がり、銀白色のフケのようなものがポロポロとはがれ落ちるのが、特徴的な症状です。

■ 乾癬の主な症状

● 皮膚の症状



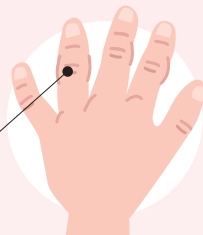
これらの症状は、主に頭、背中、おしり、ひじなど衣類と擦れたり外的刺激が多い部位にみられますが、患者さんによっては全身の皮膚におよんだり、爪の異常やかゆみがみられることもあります。

かゆみには個人差があり、まったくかゆくない人もいれば、強いかゆみが出る人もいます。これらの症状は、一般的に長期間続いて、時によくなったり悪くなったりします。

皮膚の症状だけでなく、関節に腫れや変形、痛みなどの症状がみられることもあり、乾癬が皮膚だけの病気ではないことがわかってきています。

● 関節の症状

関節や指の腫れ、
変形、痛みなど



「かんせん」という響きから、「感染」と誤解されることもありますが、うつる病気ではありません。

乾癬の人は どのくらいいるのでしょうか？



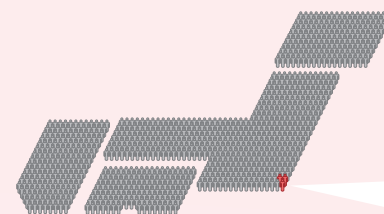
日本の患者さんは約43万～56万人、
増加傾向にあるといわれています。

- ● ● 日本では人口の約0.3～0.4%にあたる約43万～56万人が罹患していると推計されています^{1,2)}。

世界では人口の約3%にあたる約1億2,500万人が乾癬に罹患しているといわれています³⁾。

日本の特徴として、男女比が約2:1と男性が多く(欧米では1:1)⁴⁾、どのような原因でこの性差が生じるかはわかっていません。

人口の
約 **0.3～0.4%**



男女比
約 **2:1**



発症年齢の平均は38.5歳で、男性、女性とも50代に発症しやすい傾向があります⁴⁾。発症には生活環境も影響するとされ、近年、食生活の欧米化が進んだことなどにより患者数は増加傾向にあるといわれています。

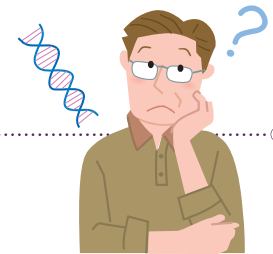
1) Kubota K, et al.:BMJ Open. 2015;5(1):e006450.

2) 照井正ほか:臨床医薬. 2014;30(3):279-285.

3) Gupta R, et al.:Curr Dermatol Rep. 2014;3(1):61-78.

4) Takahashi H, et al.:J Dermatol. 2011;38(12):1125-1129.

乾癬の原因



乾癬の発症には**免疫の異常**が関係しています。

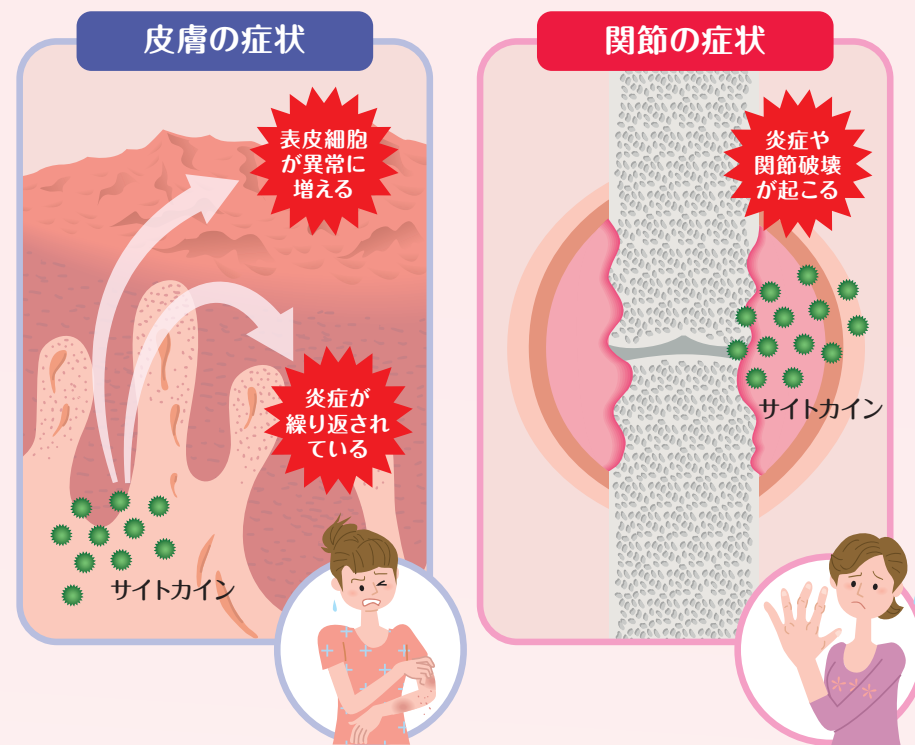
- ● ● 乾癬の原因はまだはっきりとわかっていませんが、乾癬になりやすい体質があり、そこにさまざまな要因が加わって起こると考えられています。

■ 考えられている乾癬の原因



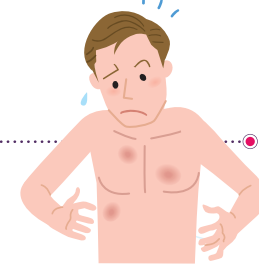
■ 皮膚症状のメカニズム

免疫の異常が生じると、からだのなかで「**サイトカイン**」という物質が過剰に増え、からだを攻撃してしまう「**炎症**」が起こり、皮膚が赤くなったりします。また、皮膚では、いちばん外側にある「**表皮細胞**」が異常に増えてしまいます。通常は、28~40日で生まれ変わる表皮細胞が、乾癬患者さんでは4~5日と極端に短くなっていて、十分に成熟していない表皮の細胞が厚く積み上がり、鱗屑となつてはがれ落ちていきます。



種類と症状

▶ 乾癬は種類によって症状の現れ方が違います。



乾癬は、症状の違いにより5種類に分けられます。
1種類だけでなく、途中からタイプが変わることもあります。
爪の変形を伴うこともあります。



尋常性乾癬

(じんじょうせいかんせん)

- ▶ 最も一般的な乾癬で、患者さんの約90%がこのタイプです。
- ▶ 紅斑(皮膚が赤くなる)、肥厚(皮膚が盛り上がる)、鱗屑(銀白色のフケのようなものができ、ボロボロとはがれ落ちる)などの症状がみられます。

関節症性乾癬 (乾癬性関節炎)

(かんせつしょうせいかんせん)
(かんせんせいかんせつえん)

- ▶ 乾癬患者さんにはよく発症する、炎症性の関節炎です。
- ▶ 手足や指、腰などの関節に腫れや変形、痛みが出ます。
- ▶ 関節リウマチと症状が似ていますが、違う病気です。

滴状乾癬

(てきじょうかんせん)

- ▶ かぜや喉の痛み(扁桃腺炎)などに続いて、全身に米粒大~大豆大くらいの小さな紅斑ができます。
- ▶ 急性に発症することが多い病気です。

乾癬性紅皮症

(かんせんせいこうひしょう)

- ▶ もともとあった乾癬が悪くなり、全身に赤みが広がって、発熱や悪寒、全身のだるさが出てきます。
- ▶ リンパ節が腫れ上がったり、足がむくんだりもします。
- ▶ 入院が必要なこともあります。

膿疱性乾癬

(のうほうせいかんせん)

- ▶ 尋常性乾癬が悪化して起きるものと、前ぶれなく起きるものがあり、皮膚の表面に白色または黄色の膿をもった発疹ができます。
- ▶ 高熱、全身のむくみ、関節の痛み、だるさが出てきて、多くの場合は入院が必要になります。

治療方針を立てるために

- ▶ 乾癬の治療方針を立てる第一のステップとして、**乾癬の重症度を評価**することが大切です。



乾癬の状態を把握し、治療に役立てるためにさまざまな評価法が用いられています。評価方法には、乾癬全般の重症度を評価するPASI、日常生活の障害度を評価するDLQI、PDI、爪乾癬の重症度を評価するNAPSIなどがあります。また、全身のどのくらいの面積に症状が出ているかをはかる指標として、BSAがあります。

●BSA (Body Surface Area)

- ▶ 症状の表面積をはかる指標です。

●PASI (Psoriasis Area and Severity Index)

- ▶ 全般の重症度を評価します。
- ▶ 「パシ」とよばれます。

●DLQI (Dermatology Life Quality Index)

- ▶ 日常生活の障害度を評価します。



●PDI (Psoriasis Disability Index)

- ▶ 乾癬に特異的なQOLを評価する指標です。

●NAPSI (Nail Psoriasis Severity Index)

- ▶ 爪乾癬の重症度を評価する指標です。

治療目標

- ▶ 患者さんに**最も適した治療法**は何かを患者さんと一緒に考えていきます。



- ● ● 乾癬の治療では、一人ひとりの症状やライフスタイルに合った治療法を選び、皮膚や関節をよりよい状態にコントロールすることで患者さんの苦痛をできる限り取り除き、QOL(Quality Of Life;生活の質)を高めることを目的にしています。



治療を受けて症状がみられなくなっても、完全に治った(治癒した)わけではないことが多いので、再び悪化させないために引き続き薬の使用や皮膚のケアが必要です。症状がよくなっている状態をできるだけ長く保つのが、治療目標のひとつです。

乾癬の種類や症状、患者さんが置かれている状況などによって、適切な治療方法は異なります。まずは皮膚科医の診断、治療を受けてください。また、乾癬について悩みや不安、相談したいことなどがある場合は、各地に患者会がありますので、問い合わせしてみるのもよいでしょう。大切なことは、患者さんにとって最適な治療法が見つかり、その治療に前向きに取り組むことです。



治療法



さまざまな治療法を、患者さんの症状やライフスタイルに合わせて選択します。

- ● ● 乾癬の治療法は、「外用療法」^{がいようりょうほう}、「光線療法」^{こうせんりょうほう}、「内服療法」^{ないふくりょうほう}、「生物学的製剤による治療」^{せいぶつがくてきせいざい}の大きく4つに分けられます。

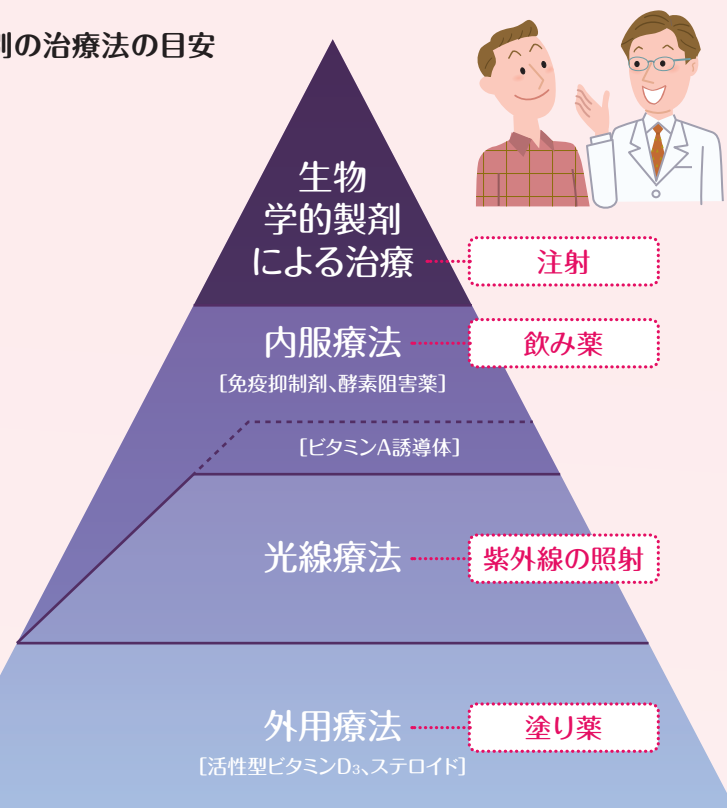
それぞれの治療法に長所と短所があり、このなかから、症状の重さ(重症度)やライフスタイルに合った治療法を担当の医師と選びます。また、いくつかの治療法を組み合わせることもあります。ある患者さんによく効く方法が、他の患者さんにはあまり効果がない場合もありますので、医師とよく相談して治療を進めてください。

■ 重症度別の治療法の目安

症状が
重い場合
(重症)



症状が
軽い場合
(軽症)



飯塚 一：日臨皮会誌. 2006；23(5)；438-442.より一部改変

生物学的製剤(注射薬)

乾癬で免疫の異常をもたらしている物質に直接作用し、その物質のはたらきを抑える薬です。点滴静脈注射のものと皮下注射のものがあります。



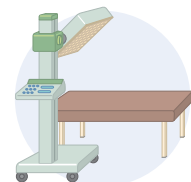
飲み薬

ビタミンA誘導体、免疫抑制剤および炎症の原因となっている酵素を阻害する薬があり、関節の痛みやこわばりを和らげたり、乾癬の皮膚症状を抑えたりするために使用されます。



光線療法

光線療法は、特殊な紫外線を照射して乾癬の皮膚症状を改善する治療法です。長い波長や、中くらいの波長が用いられ、広範囲もしくは部位を特定して照射するなどの治療法があります。



塗り薬

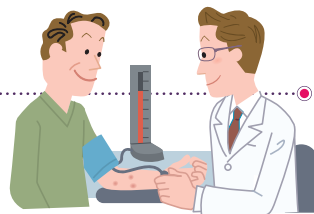
ステロイド外用薬と活性型ビタミンD₃外用薬、およびそれらの配合薬があり、乾癬の皮膚症状を抑えるために使用されます。皮膚症状のある部位に適した剤型(軟膏・クリーム等)が選択されます。



気になる症状がありましたら、お近くの医療機関にご相談ください。

乾癬と併存症

乾癬患者さんでは、さまざまな疾患が併存して生じやすいとされています。



- 乾癬では、メタボリックシンドロームを合併することが多く、それらの病気によってもQOLは下がってしまうことがあるため、併存する病気の治療も行うことが重要視されています。

■ メタボリックシンドローム

高血圧、脂質異常症、糖尿病といったメタボリックシンドロームに関連する病気を合併しやすく、一般の人の約2倍もこれらの病気にかかりやすいことがわかっています²⁾。乾癬が重症になるほどメタボリックシンドロームになりやすい傾向があります⁵⁾。合併症予防のためにも適切な治療を受け、乾癬症状をコントロールすることが大切です。



■ ぶどう膜炎

ぶどう膜炎は眼の中に起こる炎症のことをいいます。乾癬患者さんに合併しやすい病気の一つで、一般の人よりもかかりやすいといわれています⁶⁾。症状の重い患者さん、関節炎を伴う関節症性乾癬(乾癬性関節炎)の患者さんはぶどう膜炎を合併しやすい傾向があります⁷⁾。



■ うつ

乾癬患者さんの28%がうつ状態といわれます⁸⁾。うつはさらに心血管系疾患発症の危険性を増加します。



日常生活で気をつけたいこと

乾癬の症状を悪化させないために気をつけること。



乾癬の症状の悪化には、日常生活の習慣が深くかかわっていることがわかっています。乾癬の症状を悪化させないために次のことに注意してください。

皮膚への刺激を避ける

皮膚を刺激すると症状が悪化することがあります。また、皮疹のない部分をこすると、新たな皮疹ができてしまうことがあります。皮膚をこすったりかいたり、無理にかさぶたをはがしたりしないようにしましょう。衣類は肌とこすれないようにゆっくり着るようにしましょう。



食事はバランスよく

治療中の食事制限はありませんが、バランスのよい食事を心がけてください。乾癬患者さんはメタボリックシンドロームに関連する病気になりやすいので、脂っこいものや糖質のとりすぎに注意し、野菜を多めにとるようにしましょう。



ほどよい運動

体操やウォーキングなどの軽い運動は気分転換になり、肥満による症状の悪化を防ぐことにもつながります。



お酒やタバコは控える

お酒やタバコは、乾癬の症状を悪化させる要因です。お酒はできるだけ控え、禁煙に取り組みましょう。

入浴はぬるめの温度で

注射直後を避ければ、注射した日にも入浴はできます。お湯はぬるめの温度にし、石けんはよく泡立てるなど、肌にやさしい入浴をこころがけましょう。入浴剤を使う場合は保湿系の入浴剤を選び、入浴後は乾燥しないように保湿しましょう。



ストレスをうまく解消

ストレスにより乾癬が悪化するといわれており、実際に多くの患者さんがそのことを実感しています。趣味を楽しんだり、適度な運動をしたり、自分なりのストレス解消法をみつけるようにしてください。ストレスをためないために、十分な睡眠も大切です。



乾癬の治療は続けることが大切なので、医療機関を受診する日を忘れないようにしましょう。その他、気になることがありましたら、主治医または看護師、薬剤師にご相談ください。

2) 照井正ほか:臨床医薬. 2014;30(3):279-285.

5) Singh S, et al.:PloS One. 2017;12(7):e0181039.

6) Egeberg A, et al.:JAMA Dermatol. 2015;151(11):1200-1205.

7) Chi CC, et al.:JAMA Ophthalmol. 2017;135(5):415-422.

8) Dowlathshahi EA, et al.:J Invest Dermatol. 2014;134(6):1542-1551.

DLQI 皮膚の状態に関する質問票

記入日 年 月 日 DLQIスコア 点

この質問票は、ここ1週間で、皮膚の状態があなたの生活にどれくらい影響を与えたかをお伺いするものです。それぞれの質問で、もっともよくあてはまるものに一つだけ○をつけてください。

	非常に (3点)	かなり (2点)	少し (1点)	全くない (0点)	この質問は 私に当て はまらない (0点)
1. ここ1週間、皮膚にかゆみや痛み(ひりひり、ひりひり、ずきずきするような)を感じましたか	☐	☐	☐	☐	
2. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、恥ずかしく思ったり、まわりの人の目が気になったりすることがありましたか	☐	☐	☐	☐	
3. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、買い物や家事、家の仕事をするのに支障がありましたか	☐	☐	☐	☐	☐
4. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、服装に影響がありましたか	☐	☐	☐	☐	☐
5. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、人付き合いや自由時間の過ごし方に影響がありましたか	☐	☐	☐	☐	☐
6. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、スポーツをするのに支障がありましたか	☐	☐	☐	☐	☐
	はい (3点)			いいえ (0点)	この質問は 私に当て はまらない (0点)
7. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、仕事や勉強がまったくできないことがありましたか	☐			☐	☐
“いいえ”と答えた方のみにおうかがいします。		かなり (2点)	少し (1点)	全くない (0点)	
ここ1週間、皮膚の状態のせいで、仕事や勉強の効率が落ちるようなことがありましたか	☐	☐	☐	☐	
	非常に (3点)	かなり (2点)	少し (1点)	全くない (0点)	この質問は 私に当て はまらない (0点)
8. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、夫(あるいは妻)、恋人、親しい友人、身内や親戚の人たちとの関係がうまくいかないことがありましたか	☐	☐	☐	☐	☐
9. ここ1週間、皮膚の状態のせいで、性生活に支障がありましたか	☐	☐	☐	☐	☐
10. ここ1週間、皮膚の治療や手入れのために、たとえば家が散らかったり、治療や手入れに時間がかかりすぎるなどの問題がありましたか	☐	☐	☐	☐	☐

●すべての問いにお答えいただけたか、もう一度ご確認ください。

DLQIスコア記入表

▶ 1ヵ月に1度を目安に定期的に評価しましょう。
結果は主治医の先生にお見せください。

記入例

1	2	3	4
1月15日	2月14日	3月15日	4月16日
8点	8点	12点	6点
1月 日	1月 日	1月 日	1月 日
点	点	点	点
5月 日	6月 日	7月 日	8月 日
点	点	点	点
9月 日	10月 日	11月 日	12月 日
点	点	点	点

◎右ページの記入表にスコアを記入しましょう。