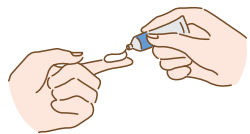


## 塗り薬の使い方

\*クリーム、ローション以外の薬を使う場合は、使い方を医師と確認しましょう。

- ① 塗るところの面積を確認する
- ② 薬を必要な量出す



クリーム

人差し指の第一関節までの量

\*あくまでも目安の量です。詳しい量は医師と相談しましょう。



ローション

1円玉サイズの量



手のひら2枚分の面積を塗れます

容器を直接皮膚につけると清潔ではなくなってしまうため、薬は一度手に取ってから塗ってください。

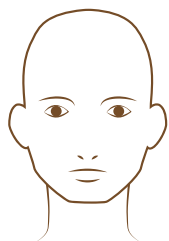
- ③ 皮膚に塗る

\*頭に使う場合は、髪の毛ではなく地肌に塗る。

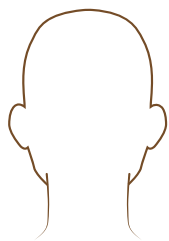


### Head Map

頭は自分で見られないため、どこに薬を塗ったらよいかわかりにくいことがあります。診察時に医師と確認し、薬を塗る場所に印をつけましょう。



正面



背面



左側面



右側面

脂漏性皮膚炎は、薬で治ったように見えても、薬をやめると再発しやすいのが特徴です。見た目が良くなったときはご自身の判断でやめるのではなく、まずは医師にご相談ください。



## 知っておきたい

し ろ う せ い ひ ぶ え ん

# 脂漏性皮膚炎のこと

フケや皮膚の赤みといった症状があるため、見た目が気になることが多い病気です。正しく病気のことを知って、正しいケア・治療を続けることが大切です。

【監修】

藤田医科大学 ばたね病院 総合アレルギー科 教授  
総合アレルギーセンター センター長

矢上 晶子 先生

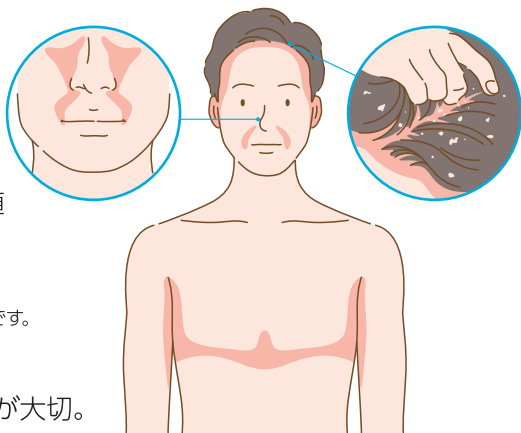


岩城製薬株式会社

CO-NZ-P-01  
2024年10月作成

## 脂漏性皮膚炎とは

- 皮脂の多い頭や顔の皮膚が赤くなり、うるこ状にカサついて、フケが目立つ病気。かゆみがあることも。
- 中年の方に比較的多い。
- 原因
  - マラセチアという常在菌\*の繁殖
  - ストレスや不規則な生活
  - 寒さや低湿度(秋～冬)
- 症状が長引くこともあるが、治療を正しく・根気強く続けることが大切。



症状が出やすいところ

## 改善するために! 日常生活の工夫

お肌にやさしいポイント

お風呂でのポイント

- フケ防止シャンプーを使う
- 洗うときはやさしく
- よく洗い流す



スキンケア

- アルコールフリー製品を使う
- 洗った後は保湿する
- ひげを剃る



その他

- 十分な睡眠をとる
- バランスのよい食事にする
- 薬を正しく使う

## 脂漏性皮膚炎と似た病気

脂漏性皮膚炎とまぎらわしい病気もありますが、症状や治療が異なるため、注意が必要です。

	脂漏性皮膚炎	アトピー性皮膚炎	酒さ
症状	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 皮膚が赤くなる</li> <li>● うるこ状にカサついて、フケが目立つ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 皮膚が赤くなる</li> <li>● 小さく盛り上がる</li> <li>● かゆみがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 皮膚が赤くなる</li> <li>● ほてり</li> <li>● 皮膚が盛り上がることも</li> </ul>
部位	皮脂の多い部分 : 頭皮、眉毛部、額、鼻周り、耳周り、胸部、わきなど	顔、首、胸、背中、手足、胴体	顔(特に鼻周り)、眼
原因	マラセチア菌の増殖、皮脂の異常、ストレス、不規則な生活、ビタミン代謝異常 など	アトピー素因、日常環境、皮脂の生理機能の変調、抗原や刺激物への曝露 など	原因は不明 紫外線、外気温の急激な変化で悪くなるといわれている

## 薬を使った治療

病院やクリニックで処方される、抗真菌薬やステロイド薬の塗り薬を使います。強いかゆみや紅斑を軽減させるために内服薬を使うこともあります。

抗真菌薬

マラセチア菌に効果のある薬



ステロイド薬

炎症やかゆみを抑える薬



頭に使う場合は、髪の毛ではなく地肌に塗ることが大切です。お薬がきちんと届きやすくなります。