

あなたの街の
ドクターが
アドバイス



ニキビの治療は急性炎症期と維持期で異なります ～皮膚科で正しいニキビ治療を受けましょう～

ニキビ治療には日常のスキンケアも
大切です

ニキビは学名では**痤瘡**（せきそう）と言います。顔、首、胸、背などに好発します。普通のニキビは、思春期に性ホルモンの分泌が盛んになり、毛孔の付属皮脂腺の働きが活発になり、毛孔内に皮脂や角質がたまる**面皰**（めんぽう）が形成されて発生します。毛孔にもともと常在しているニキビ菌が面皰内で増殖すると、毛孔と皮脂腺全体に炎症が起こり、紅色の丘疹や黄色の膿疱が生じます。これがニキビです。

尋常性痤瘡治療ガイドライン（2017、日本皮膚科学会）では、ニキビの標準治療法を、治療開始から3カ月程度までの急性炎症期と、その後の維持期に分けて示しています。治療の基本は面皰の形成を抑えることです。そのために毛孔の角質の産生を抑える薬剤（アダバレン）や角質の剥離を促す、いわゆるピーリング作用を有する薬剤（過酸化ベンゾイル）などを、就寝前の洗浄後にニキビとその周囲に面状に塗り広げます。それらに加えて、炎症期のニキビの場合は外用抗菌薬（クリンダマイシン、ナジフロキサシン、オゼノキサシンなど）をニキビそのものに塗り、中等症以上であれば内服抗菌薬（ドキシサイクリン、ミノサイクリン、ロキシスロマイシン、ファロペネムなど）も追加します。最近では、ピーリング作用を持つ薬剤と抗菌薬との配合薬や、ピーリング作用を持つ薬剤同士の配合薬なども使用可能です。

ガイドラインには日常のスキンケアの重要性についても記載され、QOL（生活の質）の改善のためのメイクアップ（化粧品）も選択肢の一つとして推奨されています。これには低刺激性でノンコメドジェニックな（面皰を形成しにくい）基礎化粧品を使用することが推奨されています。それらに詳しい皮膚科で正しい指導や治療を受けることをお勧めします。

今回のドクターは



医療法人社団 札幌はるか会
加藤直子皮膚科スキンクリニック 院長

加藤 直子 先生

北海道大学医学部医学科卒業。北海道大学医学部附属病院皮膚科研修医、助手を経て、1984～1986年米国マイアミ大学皮膚科研究員として留学。1989年から市立小樽病院皮膚科医長、1994年から北海道がんセンター（旧国立札幌病院）主任医長を経て、2010年加藤直子皮膚科スキンクリニックを開院。医学博士、日本皮膚科学会認定皮膚科専門医