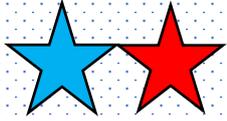


析腎友だより



第231号

令和7年8月1日発行

● かゆみ（透析そ痒症）について

透析をされている方の60~80%が透析そ痒症を発症しており、そのうち40%が中等度以上の強いかゆみを訴えているという報告があります。そしてかゆみを訴える透析患者の33%がかゆみで入眠困難となって睡眠障害となっており、QOL（生活の質）を低下させています。でなぜ透析患者にかゆみが発生するのかを解説します。

1) 原因

①かゆみ感受性の亢進

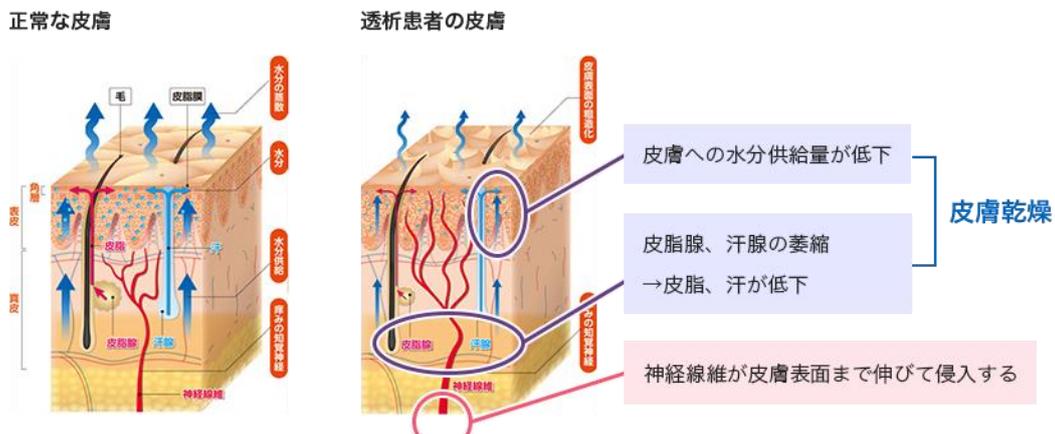
②かゆみ物質の蓄積

③かゆみを媒介する物質の過剰

④かゆみを誘発する物質の過剰

①かゆみ感受性の亢進

一般的に透析患者の皮膚は、水分供給能力が低下し角質層の潤いが低下し、いわゆる乾燥肌となる傾向にあります。特に高齢かつ長期透析患者では、皮脂腺や汗腺が萎



出典) 川島 眞 ら: 腎と透析, 75(2), 275-281, 2013 より一部改変

縮し、汗と皮脂の分泌が低下しており、約 90%で乾燥肌や老人性乾皮症を合併していると言われてしています。そして皮膚が乾燥するとかゆみを感じる神経線維が皮膚表面に伸びてきて神経過敏になり、少しの刺激でもかゆみを感じるようになります。

→透析患者の皮膚は、皮脂腺や汗腺が萎縮し、乾燥してかゆみを感じ易くなっています!

②かゆみ物質の蓄積

かゆみの物質は特定されていませんが、尿毒素がたまるとかゆみが引き起こされるとされています。その他に、血中のカルシウム・リンの濃度が高くなる、副甲状腺ホルモン(PTH)の濃度が高くなるとかゆみが引き起こされると言われています。

③かゆみを媒介する物質の過剰

かゆみを媒介する物質で有名なのがヒスタミンで、蕁麻疹や花粉症に関与するかゆみの物質です。透析患者の場合、ヒスタミンとは異なるサブスタンスPやサイトカイン等が過剰生産されることが知られています。抗ヒスタミン薬がほとんど効かないため難治性と言われてしています。

④かゆみを誘発する物質の過剰

中枢神経や末梢神経にあるオピオイド受容体のうち、痒みを誘発するタイプが抑制するタイプより優勢になっていることも原因の一つで、最近この機序による痒みを抑える薬も出現しています（ナルフラフィン、ジフェリケファリン、治療の項参照）。

※その他、透析膜と血液の接触によるアレルギー反応や糖尿病などの基礎疾患、透析中のストレス等もかゆみの原因として考えられます。

2) 治療

「保湿剤」を塗ることで角層に水分を保つ事ができ、外部からの刺激から守ってくれます。また、保湿を継続する事で痒みを感じる神経が表面に伸びてくるのを防いでくれます。洋服などの摩擦刺激や、引っ掻く事で二次的な湿疹ができてしまっているケース

では、場合によっては「止痒薬」（かゆみ止め）の外用剤も必要となってきます。

【止痒薬の例】 軟膏：抗ヒスタミン軟膏、ステロイド軟膏、経口薬：抗ヒスタミン薬、温清飲などの漢方薬、ナルフラフィン（商品名レミッチ）、注射薬：ジフェリケファリン（商品名コルスバ）

①塗り方

入浴後 10 分以内を基本に「保湿剤」を乾燥している部位を中心に身体全体に塗り、「止痒薬」はかゆい部位にピンポイントに塗ります。

②塗る順番

塗る面積の広い「保湿剤」から先に塗り、後から「止痒薬」を湿疹等の病気の部分だけに塗ります。先にステロイド外用剤を病気の部分だけに塗ってから、保湿剤を塗るとステロイド外用剤が塗る必要のない部分まで広がることで、副作用が起きる可能性があるためです。

③塗る量

処方量に従ってください。なおステロイドは、顔や首、陰部で吸収力が強いので、ステロイドの強さは中程度のものを使います。また瞼にステロイドを塗ると副作用で眼圧が上がり、長期継続すると緑内障を発症することがありますので注意しましょう。

3) 日常生活での注意点

入浴時 熱いお湯、長風呂は皮脂が失われるので避けましょう（40℃以下）

タオル等でゴシゴシ洗わない（手で洗うか低刺激性タオル使用）

衣類 肌着は木綿や絹等の刺激の少ないものにしましょう。

衣類のタグ（化学繊維等）は取りましょう。

縫い目がかゆくなる場合は裏返しに着ましょう。

食べ物 アルコールや香辛料は体が温まり、かゆみが増強するので避けましょう。

搔かないようにする

爪は短く切りましょう（寝ている間のひっかき防止）

かゆい時は冷やしましょう（搔くとさらに悪化します）

●事務局からのお知らせ

○青い鳥はがきの御礼

- ・大場支部：田崎様 ・大野支部：栗山様、高橋様 ・両毛支部：3名
- ・奥田支部：永井様、高橋様、渡辺様、菊地様 ・村山支部：田中様、小嶋様、高瀬様、山本様、小林様、長谷川様、新様、阿部様、菊地様、秋澤様、飯塚様
- ・国際医療福祉支部：人見様、高崎様、田代様、関口様、本澤様 ・こひら支部：藤野様、熊倉様、遠藤様、瀬尾様、萩野様、井上(修)様、藤沼様、井上(優)様、金崎様、落合様、土渕様、飯塚様 ・個人：佐藤様、寺内様、柏木様、山本様

○ 毎週土曜日午後 1～5 時に「電話・メール相談室（無料）」を開設しています

医療相談、生活相談等さまざまな相談に応じますので、お気軽に連絡してください。

連絡先 TEL：028（680）6713 mail：tochijinyu1123@cap.ocn.ne.jp

受付時間 毎週土曜日 午後 1 時半～5 時 （会長が電話対応します）

相談医 医療法人開生会 奥田クリニック院長 奥田 康輔 先生

○本誌発行には共同募金会のご協力をいただいております。

発行者 栃木県腎臓病患者友の会（栃木県腎友会） 長山 八洲稔

編集者 栃木県腎友会事務局 山本 裕子

医事指導 安藤 康宏、奥田 康輔

事務局 宇都宮市御幸ヶ原町 84-20 レジデンス御幸ヶ原 103

電話 028（680）6713 FAX 028（680）6714