



発行

NPO法人 大阪難病連加盟
大阪乾癬患者友の会(梯の会)

特集

第41回学習懇談会



・・・ Index ・・・

・第41回学習会	P1	・患者体験談	P13
・「乾癬の飲み薬について」 樽谷勝仁先生	P3	・学習会アンケート	P14
・「チームで支える乾癬治療」 山下利子先生	P9	・今井町散策ツアー	P16
・第19回女子会	P12	・乾癬ワンポイントアドバイス	P25
		・お知らせなど	P17 P18

第41回学習会開かれる

木管五重奏のメロディーにのせて

医療講演は樽谷先生・山下看護師

さる6月23日(日)、日本生命病院あつたかふれあいホールにて、第41回学習懇談会が行われました。当日は約60名の参加があり、充実した学習会となりました。

今回は特に学習講演会の前に「明石西シンフォニックバンド」による木管コンサートを行いました。このバンドは岡田会長のご家族が関係されており、明石を拠点に活動されていますが、今回学習会の為にメンバーが駆け付けてくれました。学習会の冒頭にフルートやクラリネットなどの木管五重奏で、私たちにも馴染みのある曲を美しい調べにのせて演奏してくれました。いつもとは一風異なった学習会風景に参加者の心もとても和んだことと思います。

さて学習会の方は、本会の幹事である原田氏の方から体験談がありました。ほとんどありとあらゆる治療法を試み、

紅皮症などにも苦しまれた原田氏ですが、生物学的製剤により初めて症状の改善をみて、やっと光明を見出し、さらに今後寛解・完治を目指して新しい生物学的製剤を試みられるということでした。まさに乾癬と長い間向き合ってきたその歴史が浮き彫りにされた話でした。

医療講演はお二人の先生からお話いただきました。近畿中央病院皮膚科部長の樽谷勝仁先生からは「乾癬の飲み薬」というテーマで、「チガソン」や「ネオオーラル」など、乾癬治療史の中の飲み薬の変遷、そして特に最近新しく治療に用いられるようになった「オテズラ」について、さらに今までリューマチの治療薬として使用されてきた「メトトレキサート」が乾癬治療に適用になり、それらの薬の効果や処方上の注意、さらに副作用などについて非常に丁寧に説明して頂きました。

また日本生命病院の看護師である山下利子看護師からは「チームで支える乾癬治療」というテーマで話して頂きました。まず日本生命病院に新しく発足した「乾癬センター」の説明があり、各診療科を横断的に組織付けた乾癬センターの仕組みやその意義・目標を説明され、そこには患者会もまた関与していき、トータルで患者さんの治療に当たっていく今後の在り方が具体的に説明されました。また様々な治療における看護師と患者の協力関係などについても多くの示唆に富むお話を頂きました。こうしたセンターや看護師、また栄養士なども交えた総合的な治療方針は、私たち患者にとっても心強いばかりです。

質疑応答ではいつものように熱心な質問がありました。大変丁寧なご回答で参加者の様々な疑問や不安に様々な面から答えて頂きました。

参加者交流会ではテーブルを囲んで、患者同士様々な話題に時間の経つのも忘れて話し込んでいる風景が見られました。

こうして今回の学習懇談会もまた素晴らしい時間となりました。関係者の皆様には本当に大変お世話になりました。

第41回学習懇談会から



受付風景



明石西シンフォニックバンドによる演奏



患者体験談



質疑応答



参加者交流会

梯の会 ロゴマーク決定

この度、本会のロゴマークが決定しました。
このマークは本会の顧問であり、大阪大学名誉教授で、本会の発足に力を尽くして頂いた吉川邦彦先生がデザインして下さいました。本会の創立は1998年ですが、今後もこのマークの下で、乾癬患者の皆様方と共に歩んで行きたいと思っております。



「乾癬の飲み薬について」

近畿中央病院皮膚科部長

樽谷勝仁



樽谷勝仁先生

表皮です。表皮は基底層から有棘層そして角層になり、アカになって剥がれていきます。乾癬の場合は、表皮が増殖して分厚くなります。これが1つめの特徴でそのため盛り上がった皮膚になります。それと同時に他の三つの特徴であるリンパ球の炎症が起こる、角質の所に好中球が出てくる、表皮の下

に血管が増えてくるという変化が現れてきます。乾癬はまず何らかの刺激によって一例えば引掻いたり風邪を引いて体調が悪くなったりというようなTNF α という炎症を起こす物質が出て、そしてIL23という過増殖状態誘導物質が出て、それがTH17というリンパ球を刺激して、免疫の異常が起こります。その異常が皮膚に働きかけて、皮膚が活発になり、増殖していくと同時に炎症が起こってきて、乾癬が発症すると言われています。重要なのはリンパ球の炎症が起こってくることで、また、皮膚が増殖して分厚くなるということも重要で、飲み薬はリンパ球の炎症が起こるのを抑えたり、皮膚が増殖して分厚くなるのを抑えたりします。

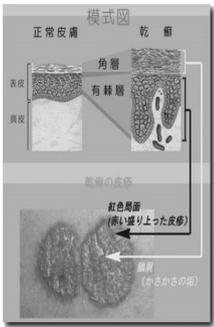
乾癬の治療について古い順に見ていきますと、1940年代はゲッケルマン療法といって、年配の方はもしかしたらこの治療法を経験したかもわかりませんが、コルタールを全身にベトベトに塗って、それを洗い流してから日光浴を行うという方法です。ほとんど今は行われていない療法です。1950年代にはステロイドの塗り薬が発売されました。今もピュラーに使われているお薬なのですが、この時期に出てきました。1970年代にはPUVA療法が出てきました。ソラレンを塗ったり、飲んだりしたり、あるいはお風呂に入ったから光を当てて治療するという方法です。1985年にエトレチナートが発売されました。ビタミンA誘導体、つまりビタミンAに近い薬なのですが、その飲み薬です。1999年には臓器移植の時に使われるシクロスポリンというお薬が乾癬に使われるようになりました。そして翌年にはビタミンD3の塗り薬が発売されました。2002年には、ナロー

帯光療法という方法です。1985年にエトレチナートが発売されました。ビタミンA誘導体、つまりビタミンAに近い薬なのですが、その飲み薬です。1999年には臓器移植の時に使われるシクロスポリンというお薬が乾癬に使われるようになりました。そして翌年にはビタミンD3の塗り薬が発売されました。2002年には、ナロー

近畿中央病院の樽谷と申します。今日は乾癬の飲み薬についてということ、昨今は生物学的製剤の話が多いと思いますが、乾癬の治療として最近2つの新しい飲み薬も出てきましたのでそれらの薬も含めて飲み薬の話をしていきたいと思えます。

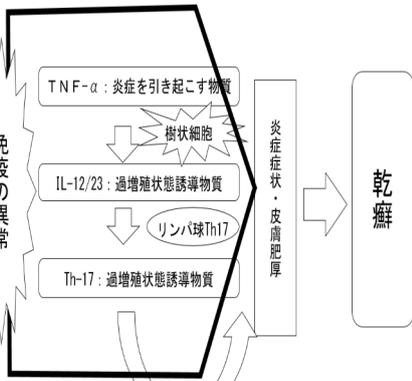
まず乾癬の皮膚の特徴なのですが、大きく分けて4つの特徴があります。左は皮膚の断面ですが、下から真皮、

乾癬の皮膚の特徴



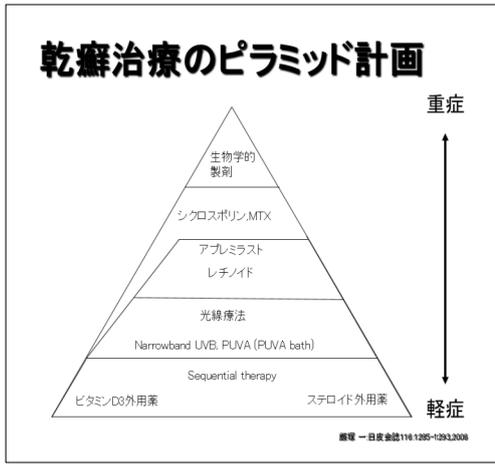
- 皮膚が増殖(活発に増える)して分厚くなる
- 小さい血管が多く出てきて大きくなる
- リンパ球の炎症が起こる
- 上部に好中球が現れる

免疫の異常



乾癬の治療法の歴史

年(代)	治療法
1940年代	ゲッケルマン療法(コルタールと日光浴)
1950年代	ステロイド外用薬
1970年代	PUVA療法
1985年	エトレチナート
1992年	シクロスポリン
1993年	ビタミンD3外用薬
2002年	Narrow band UVB
2010年	生物学的製剤
2017年	アプレミラスト
2018年	メトレキサート



バンドUVBという、何も塗らなくても乾癬の皮膚に有効な紫外線を当てる器械が開発されました。2010年には生物学的製剤が乾癬に使えるようになりまし。そして2017年、2年ぐらい前にアプレミラストが発売されまして、去年の11月ぐらいにメトトレキサートというリウマチに使う薬、これは前からヒュミラやレミケードを使っていた時に一緒に飲んでおられた方もいらつしやるかもしれませんが、このお薬が正式に乾癬に使えるようになりまし。今回は赤で示す4つの飲み薬についてお話しします。

これは乾癬治療のピラミッド計画と示した物です。症状が軽い方はステロイドの塗り薬とビタミンD3の塗り薬を併せて使っていきます。それでもなかなか効かない人は光線を併用したり、アプレミラストとレチノイドを使つ

エトレチナート(チガソン®)

ビタミンA類似化合物、表皮の分化を誘導(乾癬の患者さんの皮膚は表皮の増殖が活発である。その増殖を抑える薬)

光線療法との併用が可能である。

たりし。この2種類ののみ薬に關しては光線治療と組み合わせてもOKということになっていま。それとは別にこのシクロスポリンやメトトレキサートを塗り薬と一緒に使うという治療があります。最重症になってくると生物学的製剤を使いま。薬はその作用として大きく分けてリンパ球の炎症を抑えるものと、皮膚が増殖して分厚くなるのを抑えていくものに分かれま。す。

エトレチナート(チガソン®)は、1985年ぐらいから出てきた薬で、皆さんの中には一度この薬を使ったことがある方もいらつしやるかと思のうのですが、ビタミンAの類似の薬です。皮膚が増殖して分厚くなるのを抑える薬です。この薬は光線療法との併用が可能です。

ここから添付文書に沿って説明していきたいと思いま。エトレチナート

エトレチナート(チガソン®)

以下に該当する場合は処方医や薬剤師に申し出て下さい。

- ・ 妊娠中である
- ・ 近い将来に妊娠を希望している
- ・ 過去にチガソンで副作用が起こったことがある
- ・ 肝臓が悪い
- ・ 腎臓が悪い
- ・ 糖尿病
- ・ 高中性脂肪血症といわれたことがある
- ・ サプリメントを服用中(特にビタミンAを含むもの)
- ・ アルコールをよく飲む

は制限が多い薬でして、問題になってくるのはこの妊娠中である方は使えないということ、近い将来に妊娠を希望しているかたも同様だということ。また過去にエトレチナートで副作用が起ったことがあったり、肝臓・腎臓が悪い方は注意が必要です。この薬を飲むと中性脂肪を上げることが多いので、その点も注意が必要です。またサプリメントでビタミンAを含むものを飲んでる方は、ビタミンAが過剰になつて、それによる副作用が起りやすくなります。またどの薬もそうなのですが、お酒をよく飲むという方は飲み薬が出る時は出来るだけお酒を控えるようにされた方がいいと思いま。

エトレチナートには、飲んでからすぐに出やすい副作用があります。一番多いのは口や鼻の粘膜が乾燥したり、荒れたりすることです。またフケが出たり皮膚が薄くなつたり痒くなつたり

エトレチナート(チガソン®)

服用してから数日～数週間以内に出やすい副作用

チガソンは皮膚や粘膜をはがしやすくして治すため、正常な部位に作用すると以下のような症状があらわれ、一時的に悪化したように見えます。

皮膚や口や鼻の粘膜が

- ・ 乾燥する
- ・ 荒れる
- ・ フケが増える
- ・ 薄くなる
- ・ かゆい

皮膚が薄く、出血しやすいので、搔かないでください。

します。要は乾癬の皮膚を薄くするので、普通の皮膚や粘膜も薄くなつてくるといこと。皮膚が薄くなるので、少し搔いたら内出血しやすくなるような方が多いです。だから決して搔かないようにして下さい。また、私の患者さんではあまりおられないのですが、髪の毛が少し薄くなる方もおられるようです。それとどの飲み薬でもそうなのですが、定期的に血液検査を行うことが必要となつてきます。先ほどもビタミンAを取り過ぎてはいけないということをお話ししたので、食事に関してビタミンAを含むサプリメント等を併用すると、ビタミンA過剰症になつたりし。ビタミンA過剰症では、頭が痛くなつたり、吐き気が出たり、目がかすんだりというような症状が現れることがあります。その時は処方医や薬剤師にご相談下さい。また、牛乳や脂っこいものを食事の後に

エトレチナート(チガソン®)

食事に関する注意

〇ビタミンAについて

ビタミンAを含むサプリメント等を併用すると、ビタミンA過剰症(頭痛、嘔吐、目のかすみ等)があらわれることがあるため、処方医、薬剤師にご相談下さい。また、他の医師にかかったり、薬局などで他の薬を購入したりする場合は、必ずこの薬を飲んでることを医師や薬剤師に伝えて下さい。

エトレチナート(チガソン®)

食事に関する注意

〇牛乳や脂っこい食事について

チガソンを牛乳で服用したり、脂っこい食事の後に服用したりすると、体内に吸収されるチガソンの量が増加します、チガソンの吸収量を一定にするため、水またはぬるま湯で服用して下さい。また、ダイエット等で食生活を変える際は、処方医へお知らせ下さい。

〇飲み忘れたとき

飲み忘れた場合は次に服用するカプセルの数を増やさないで下さい。

エトレチナート(チガソン®)

副作用はある場合があるが、少しの量でも効果が出る方もおり、また、少しの量を出す場合比較的安いのて、年配の方に使うことが多い。

薬価 302.6円/カプセル

1カプセル/日で月2500円/3割負担

良く経験する副作用として皮膚が薄くなり、内出血斑ができやすくなる。また、血液中の中性脂肪が高くなる傾向がある。

シクロスポリン(ネオオーラル®)

リンパ球に特異的・可逆的な免疫抑制作用を示し、主にヘルパーT細胞の活性化を抑え、異常な免疫反応を抑えます。

2ヶ月飲むことによる有効率は80%です。ただし長い期間継続して使うことは腎臓が悪くなったりするためやめたほうが良いです。

飲むと吸収されやすくなります。脂に溶けるビタミンです。脂と一緒に摂ると吸収がされやすいです。従ってエトレチナートの吸収量を一定にするためには、水またはぬるま湯で飲んでください。またダイエットなどで食生活を変える際は処方医へお知らせください。それとどんなお薬でもそうなのですが、飲み忘れた次の時にその薬を2つ飲んだらいいじゃないかと思われる方もおられるかもしれませんが、飲み忘れた時は次に飲むカプセルの量は増やさないでそのまま飲むというところが重要です。また但し書きの文書にも書いてあり、こういう方はおられないとは思いますが、同じような症状だからということ、エトレチナートの人にあげて飲ますというのは絶対にやめてください。また、子どもの手の届かない所で、他の薬と分けて保管して下さい。人にあげないというのは一番

重要なことです。例えば整形外科でもらった湿布をお孫さんの筋肉痛に貼る方もいるかもしれませんが、これは絶対にやめて下さい。整形外科でもらった湿布というのはかぶれることがありお子さんに貼ってひどくかぶれて痕が残ることもありますので注意するようにしてください。次に献血です。エトレチナートは催奇形性がありますので、飲んでいる時と、中止してから少なくとも2年献血は行わないで下さい。また、エトレチナートは承諾書が必要で、避妊について、副作用について、その他の注意事項について承諾してサインする必要があります。また、その他の副作用として、骨にとげができることがあります。飲んでいて腰の骨が痛いという方がおられて、飲むのをやめたら痛みが治ったということもありました。次にこの薬の使い方につ

いてお話しします。エトレチナートは、多くの量、たとえば30mgとか40mgを使って効果がよくなってきたら減らして下さいということが添付文書に載っているのですが、私はそういう使い方はせずに、例えば10mgとか20mgを初めに飲んで頂いて、それで副作用、口の荒れなどが出ないかどうかということ、乾癬の皮膚の症状がよくなるかどうかを見極めてから量の調整を行うようにしています。40〜50歳を越えた方には値段もそんなに高くないので、この薬を少しの量から使うことが多いです。但し、ずっと使っていると皮膚が薄くなってくるということがあります。また中性脂肪が高くなる傾向があります。皮膚が薄くなると内出血が起りやすいという症状は腕によく出ます。ステロイドを塗っている方でも出ることがあるので、エトレチナートを飲んでる方

はより出やすいような感じを受けます。続きましてシクロスポリン(ネオオーラル®)です。この薬は1990年代に出てきた薬です。リンパ球の炎症を抑えます。2ヶ月飲むことによる有効率は80%です。但し、長い間継続して使うと腎臓が悪くなったりすることがありますし、血圧が高くなることもあります。継続してずっと使っている方もいるのですが、できれば少しやめておく期間を持った方が良い薬です。使い方ですが、昔は5mg/kgと、50kgだったら250〜300mgという多い量をはじめに使って、減らしていくことが多かったのですが、ここ10年ぐらい前からは、乾癬の皮膚の症状がそんなにひどくない人に少ない量を使うというような使い方が多くなりました。乾癬の症状が塗り薬だけではなかなかよくならない時にさっとシクロスポリンを使い、よくしてあげ

シクロスポリン(ネオーラル®)

主な副作用として高血圧、腎臓の働きが悪くなる(尿量減少、浮腫)、飲んだ後に気分が悪くなる。

その他の副作用として、肝機能障害(倦怠感、手や白目が黄色くなる)、毛包炎、鼻咽頭炎、多毛、振戦(手足の震え)、頭痛、めまい、歯肉肥厚、高血圧、熱感、発疹、発熱などが報告されています。

シクロスポリン(ネオーラル®)

予防接種を受ける場合には、医師または薬剤師に相談してください。

ネオーラルの免疫抑制作用によって不活化ワクチンの効果が得られないおそれがあるため。

また、生ワクチン(病原体となるウイルスや細菌の毒性を弱めて病原性をなくしたものを原材料として作られます。)の接種はネオーラル投与中はしないでください。

先発品薬価: 351.3円/50mg 150mg: 月9000円/3割負担

シクロスポリン(ネオーラル®) 2.5mg/kg分1投与

投与前PASI 7.2



1ヶ月後PASI 1.8



1.5ヶ月後PASI 0.2



投与中止2ヶ月後PASI 1.5



この時点で投与中止

乾癬を公表した有名人

道端アンジェリカさん(モデル)
ヒヤダインさん(音楽クリエイター)
鈴木裕斗(声優)
春一番(お笑い芸人)
ブリティニー・スピアーズ(アメリカの歌手)
キム・カーダシアン(アメリカのタレント)
リアン・ライムス(アメリカのカントリー歌手)
フィル・ミケルソン(アメリカのプロゴルファー)

ヒヤダインさんは乾癬応援ソングを作った。



て、それからまた切って、少し悪くなったきたら使う方法がシクロスポリンの場合はいいのではないかと思えます。主な副作用としては血圧が高くなったり、腎臓の働きが悪くなったりすることです。また、他の副作用として飲んだ後に気分が悪くなるという方もおられます。これを防ぐために夕食後に飲んで、なるべくすぐに寝てもらおうといった工夫をすることもあります。その他の副作用として肝臓が悪くなったり、膿疱炎や頭痛が出たり、歯肉が肥厚してくることもあります。血圧が高くなったり腎臓が悪くなったりするので、血液検査は定期的に行うということ、シクロスポリンの場合は血液の中にシクロスポリンがどれぐらいの濃度になっているかということが測れますので、できたら測った上で使う方が良いでしょう。この薬は空腹時に飲んだ方が吸収がよいとされています。だから食前に飲んで

の方がいいです。但し気分が悪くなるという副作用もあるので、その辺りを鑑みながら使ってください。またグレープフルーツジュースと一緒に飲んだら吸収がよくならず、よく効くようになりませんが、副作用も強くなるということがありますので注意が必要です。グレープフルーツジュースと一緒に飲まないでください。逆にセイヨウオトギリソウを含む健康食品でもこの薬の血中濃度を下げて薬の作用を弱くすることが知られているので、こういう健康食品は摂らないようにして下さい。この薬は免疫を抑える薬なので、風邪などに感染しやすくなります。まめに手を洗ったり、うがい、歯磨きなど清潔にすることを心掛けて下さい。また予防接種に関しても注意が必要で、生ワクチンの接種はネオーラル投与中に行えないので、注意をしてください。また冬場にインフルエンザワクチンなど

の予防接種を受けることがあると思うのですが、それを受けられる場合、場合によつたら効果が得られないという可能性もあります。シクロスポリンを飲んでいるとインフルエンザにかかることと免疫を抑えられているので重症化することもありますので、やはりインフルエンザワクチンはできたら接種しておいた方がいいと思います。先発品の薬価が約50mgで311・3円です。ので、大体3mgとかで普通に使うと月9000円ぐらいの負担となります。シクロスポリンは最近、妊婦にも注意しながらはありますが、使えるようになりました。

この写真は、10数年前にシクロスポリンを使って、治療した患者さんです。この方は関節の炎症はなかったのですが、湿疹がひどくて指がまつすぐに伸ばせない状態でした。1ヶ月後にはまつすぐに伸ばせるようになり、1ヶ月半後には、ほぼ乾癬の症状が消失しました。それで投与を中止しましたが、2ヶ月後もいい状態が続き、半年後も症状がでなかった方です。

さて、ここで乾癬を公表した有名人について、触れてみたいと思います。皆さんご存知だと思いますが、道端アンジェリカさん、この方は多分、東京の乾癬の会で活動されていると思います。それから、ヒヤダインさんという音楽クリエイターの方、鈴木裕斗さんという声優さん、春一番というお笑い芸人、ブリティニー・スピアーズさん(アメリカの歌手)、キム・カーダシアンさん(アメリカのタレント)、リアン・ライムスさん(アメリカのカントリー歌手)、フィル・ミケルソンさん(アメリカのプロゴルファー)などがおられます。

去年、ヒヤダインさんが乾癬応援ソングを作って、ユーチューブにアップ

アプレミラスト(オテズラ®)

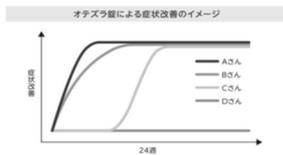
オテズラ錠で改善が期待できる症状

- 皮膚の症状(頭皮など)
- 爪の症状
- かゆみ
- 手指や足指、かかとなどの腫れ、痛み、関節の変形などの症状

症状の改善を維持するためには、毎日きちんと服用を続けることが大切です。ご自身の判断でお薬を飲むのをやめたり、お薬を飲む回数を減らしたりしないで下さい。

アプレミラスト(オテズラ®)

オテズラ錠により症状の改善時期には個人差があります。患者さんによっては、飲み始めから24週と、ゆっくり症状が改善してくる場合があります。



アプレミラスト(オテズラ®)

オテズラ錠の副作用

飲み始めの頃に吐き気や下痢、頭痛などの副作用がみられることがあります。これらの症状はあらわれてから2週間ほどでおさまることが多いですが、医師に相談したうえで一時的にお薬を飲む回数を減らしたり、お薬を飲むのを中断したりすることもあります。また、感染症や過敏症、重度の下痢があらわれることがあります。

アプレミラスト(オテズラ®)

オテズラ錠の治療に際し特に注意が必要な方

- 重い腎障害がある方
- 感染症(風邪など)にかかっている、またはその疑いがある方
- 高齢の方
- 妊娠可能な女性の方(服用時には避妊が必要です)
- 授乳中の方

されています。ここでその歌詞を紹介したいと思います(歌詞は省略)。興味のある方は【ヒヤダイン 晴れ行く道】で検索してみてください。乾癬の相談医の先生も出演しているビデオです。

では、残りの2種類の薬を紹介していきます。まず、アプレミラスト(オテズラ®)、これは2年前に出してきた薬です。この薬は免疫細胞が出てくるのを抑制します。つまり、リンパ球の炎症を抑えます。飲み薬の中で、この薬だけ、膿疱性乾癬への適応がありません。そのほかの飲み薬は、関節症性乾癬、膿疱性乾癬、乾癬性紅皮症、尋常性乾癬のすべてに使えます。

この薬で、改善が期待できる症状は、皮膚の症状、爪の症状、かゆみ、手指や足の指、かかとなどの腫れ、痛み、関節の変形などです。症状の改善を維持するためには、毎日きちんと服用することが大切です。服薬を中断したり、回数減らしたりすると改善が見込めなくなることがあります。

この薬による症状の改善時期ですが、個人差があります。飲み始めて、すぐに良くなる患者さんから24週、半年ほどしてから良くなる方までさまざまです。注意すべき点は、飲み始めのころに吐き気や下痢、頭痛などの副作用が見られることがあることです。ただし、症状が出て2週間ぐらいで治まることも多いのですが、症状がひどい場合は、一時的に服用回数を減らしたり、中断したりすることが必要です。また、感染症や過敏症、重度の下痢をおこすこともあります。ちなみに感染症というのは、ウイルスや細菌などの微生物が体内に侵入することによって引き起こされる病気で、例えば風邪などです。過敏症というのは、感染症の症状とは別にじんましんや痒みなどの

皮膚の症状や息切れなどの呼吸器系の症状が急激にあらわれることです。

アプレミラストは初めの二週間だけ飲み方が違います。スターターパックといって、初めの日に10mgを飲んで、徐々に服用量を増やしていきます。6日目以降は1回30mgを朝晩2回飲みます。飲み方は食事の前でも後でも、どのタイミングで服用してもかまいません。決められた回数を毎日忘れずに飲むことを徹底してください。

また、アプレミラストの治療を受けられない方がおられますので、事前に確認しておく必要があります。治療を受けられないのは、以前にアプレミラストでかゆみや発疹などのアレルギー反応が出た方、妊娠または妊娠している可能性のある女性の方です。注意が必要な方もおられます。重い腎障害の方や風邪などの感染症にかかっているか、その疑いのある方、高齢の方、妊

娠可能な方や授乳中の方です。感染症にかかっている場合は、その治療が終われば服用できます。

治療費については、最初の二週間分が6690円で、3週目以降は毎月16296円が目安となります。かなり高い薬です。例えばウステキヌマブなどは、3ヶ月に一度処方した場合、5万円程度で収まる方もおられます。アプレミラストは私の印象では、半数程度の方に効果がみられるように思います。後の半数の方は、あまり効き目が良くなかったり、全く効かなかったりしました。

飲む直前の写真はないのですが、背中や腕に乾癬の皮膚症状がひどい状態の方が、アプレミラストを飲んで2週間後にはだいぶ消えてきて、2ヶ月後にはほぼ消失したという方がおられました。ひどい方でも試してみる価値はある薬と思います。

メトトレキサート(リウマトレックス®)

乾癬に対するMTXの承認は、米国(乾癬)、英国(他の治療で効果のみられない重度の乾癬)、独国(重度で尋常性乾癬、関節症性乾癬、他の治療で効果のみられない)、さらに仏国、加国、豪国等の欧米の主要国では承認されている。

英米で使用される全身治療薬ではMTXが最多を占め、乾癬の内服療法としては第一選択治療に位置づけられているが、国内では乾癬治療薬としての保険適用がない。



厚生労働省に申請を提出した。

その他の飲み薬について

ビオチン、漢方薬、EPA(魚油)も使われるが、はっきりとした効果は少ないようです。

乾癬には痒みを伴うことも多く、無意識にひっかいて悪化することも少なくないので抗ヒスタミン薬の内服も補助療法になります。

最後に、メトトレキサート(リウマトレックス®)という薬について説明いたします。この薬は、アメリカ、イギリス、ドイツなどでは乾癬への使用が承認されています。欧米では、全身性乾癬の飲み薬としては、第一選択薬として位置づけられています。しかし、日本では承認されていませんでしたので、リウマチの治療という名目で使われていました。このため、日本乾癬学会から厚生労働省に乾癬への保険適用を申請した結果、今年の3月によりやく適応が追加されました。この薬は、葉酸というビタミンの働きを抑制することによって効き目をあらわします。この薬はリンパ球の炎症を抑える薬です。この薬は飲み方が変わっていて、一週間のうち1日か2日だけ飲む薬です。最初は週に6mgか8mgから始めて、徐々に増やしていくのが一般的な飲み方です。乾癬の方でしたら、イ

ンフリキシマブ、アダリムマブにプラスして飲まれている方もおられます。メトトレキサートの量が増えてくると最後に服用した翌日か翌々日にメトトレキサートの副作用を抑えるために葉酸製剤を飲むことがあります。メトトレキサートの量が増えてくると、口内炎や吐き気、下痢などの副作用が起りやすくなりますが、葉酸を飲むことによって、副作用を防ぐことができます。この薬は、血液やリンパ系の病気に罹ったことがあったり、結核や肋膜炎に罹ったことがある、また、肝臓、腎臓、肺の病気があると使いにくい薬です。また、アルコールの摂取量が多いと副作用が出やすいと言われていす。輸血をうけていたり、感染症に罹っていたり、妊娠・授乳の予定があったりというような方は注意が必要です。飲み始める前に生物学的製剤を使う前

と同じような検査を行う必要があります。もちろんその検査の結果によっては使えないこともあります。通院や検査の間隔は、先生にもよりますが、はじめは2週間から4週間、その後も定期的に通院して診察・検査を受けます。抜歯などの手術をするときの注意点ですが、メトトレキサートの服用量が1週間に12mgまでであれば、一般的に薬を休む必要はないと言われていす。ただし、大きな手術を受ける時には休薬したほうが良い場合もありますので、主治医とよく相談して下さい。妊娠中には使えません。生活上の注意点としては、喫煙はしない、飲酒は最低限にする、適度な運動をする、規則正しい生活習慣をし、脱水に気を付けるといふことです。因みに、これらはリウマチに対するメトトレキサートの注意点ではありますが、乾癬に関しても全く同じです。

副作用はたくさんあります。一番怖いのは間質性肺炎で咳が出たり、呼吸がしづらかったりといったことが急にあらわれることがあります。そのほか、白血球や血小板の数が減ったり、感染症で熱が出たりすることがあります。そのほか、多量の服用で首や腋の下のしこりや腫れが出てきて、リンパ腫になることがあります。他には肝機能障害、これは、昔は結構言われていました。最近では肝臓の検査の数値が上がることはいわれていますが、むしろ間質

性肺炎のほうが副作用として重要視されています。口内炎になる方もおられますが、この場合は先ほども申しましたが、葉酸製剤と一緒に使うと良くなる場合があります。

気を付けることは、発熱や咳、口のただれ、出血しやすい傾向、原因がはっきりしない皮膚の症状、首の回りや腋の下にしこりに気付いた時などです。予防接種に関しては、先ほどのシクロスポリンとほぼ同じです。生ワクチンは投与しない、インフルエンザの予防接種は進んで受けるほうが良いです。

最後に、その他の飲み薬についてですが、ビオチンや漢方薬、エイコサペンタエン酸(魚油)が使われることがあります。はっきりとした効果は少ないと言われていす。先にお話ししました4種類の薬以外に、乾癬の患者さんは痒みを伴うことが多く、無意識に引っ掻いてその部分にまた乾癬ができるといったことがあるので、抗ヒスタミン剤も補助療法になります。結構服用されている方もおられると思います。今回は古くからある飲み薬2種類と最近登場した2種類の計4種類を中心にお話しさせていただきました。ご清聴ありがとうございます。



「チームで支える乾癬治療」

日本皮膚科学会認定皮膚疾患ケア看護師(日本生命病院)

山下利子



山下利子看護師

日本生命病院の皮膚科の看護師をしている山下です。宜しくお話しします。今日は、4月より「乾癬センター」として、新しくスタートしましたが、まずそれについてお話し、どんなことをしているかご紹介します。そして、その中で、看護師はどのような役割を果たしているか、外用剤の使い方・生物学的製剤での治療が始まる時・自己注射治療注意点についてお話しさせて

いただきます。

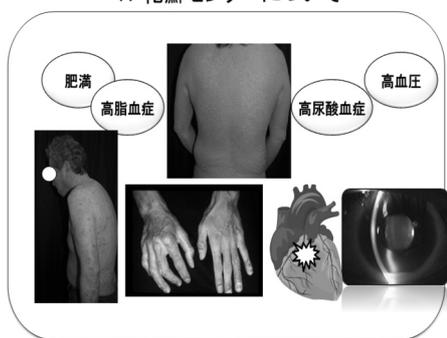
乾癬は、皮膚だけでなく、多様な合併症を伴う全身の炎症性疾患であると言われています。合併症には、肥満・高脂血症・高尿酸血症・高血圧症・関節炎・ブドウ膜炎・肺気腫・慢性腎不全・炎症性腸炎・骨粗鬆症・うつ病などがあります。表1のように、乾癬患者さんのほうが、乾癬以外の人と比較し

て、高血圧症や脂質異常・糖尿病・脳梗塞にかかっている割合が高いです。乾癬の治療の目標は、つらい皮膚症状をなくし、周囲を気にせず生活することの他、関節の痛みをなくし、変形を防ぐこともあります。さらに、合併症を防いで、長生きすることも重要です。乾癬は皮膚だけでなく、合併症や併存症もトータルしてマネージメントする必要があります。また、乾癬の関節炎は進行すると関節の拘縮や変形をきたし、日常生活に支障をきたすことも少なくありません。

そこで、①最適な治療により、早く安全に、皮膚も、関節も、寛解に導き、②併存症の早期診断し、合併症を予防し、健全な生活ができるよう、③それぞれ専門のスタッフで連携を取りながら、診療できる、チーム医療センターの開設に至りました

毎週火曜日は、皮膚科は午前と午後2診ずつ、整形外科11時から17時まで診察があり、同日に診療が受けられ、皮膚科医と整形外科医で密な連携を取って関節症性乾癬の治療方針を決定します。木曜日は、午前1診と午後2診です。併存症については、それぞれの科の乾癬について詳しい医師に後日診てもらいます。毎週木曜日には、管理栄養士による「乾癬の栄養指導教室」が開かれます。1時より30分程度ですが、具体的に、新しい情報も盛り込んで、5〜6名くらいの人数で予約で行っています。以前患者会で、乾癬のためのバランスの良い食事について講演してくれたことをきっかけに、協力してもらうようになりました。肥満、高血圧、糖尿病、脂質異常、メタボリックシンドロームなどの様々な疾患を合併しているので、基本の食事のとり方とトータルして指導、お酒の飲

1. 乾癬センターについて



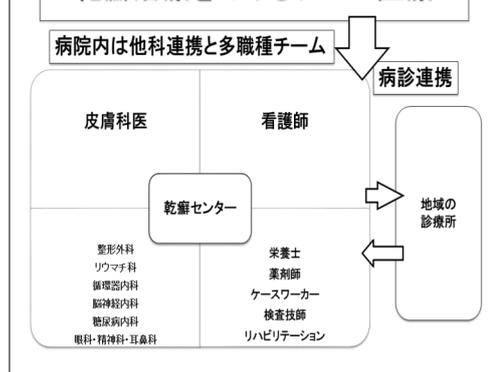
乾癬は多様な合併症を伴う全身の炎症性疾患

合併症や併存症

- | | |
|-----------|-------|
| メタボリック症候群 | 高脂血症 |
| 高尿酸血症 | 高血圧症 |
| 糖尿病 | 関節炎 |
| ブドウ膜炎 | 肺気腫 |
| 慢性腎不全 | 炎症性腸炎 |
| 骨粗鬆 | うつ病 |

併存症に着目した乾癬のトータルマネージメント

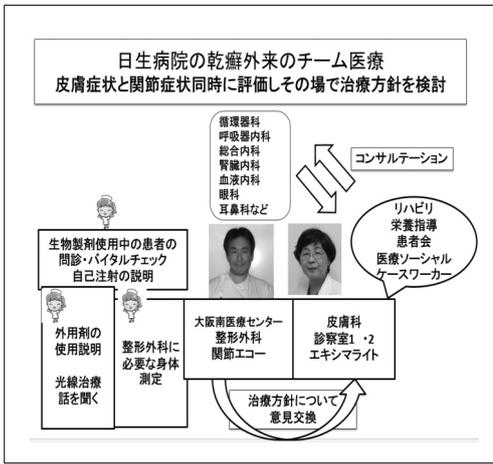
乾癬治療をめぐるチーム医療



み方の工夫や野菜ジュースの選び方、おやつや果物のとり方の工夫など、とてもお役に立ちます。

個人指導もあり、指導を受けた患者さんは来院ごと、リピートしている患者が多いです。体重が減ると成果を話してくれることや、体重測定することが習慣化しています。写真は、皮膚科外来での集団指導の風景です。

乾燥性関節炎で首や手の関節の拘縮や変形に対して、理学療法士さんによる、リハビリ教室が、第2火曜日と第4火曜日の13時30分から30分程度開かれています。アルコール依存症の方は、専門的、断酒指導・治療が必要です。どうしてもやめられない方には、専門病院に連携します。また、乾癬の治療費はかなり高く、経済的に困っている方には、高額医療、限度額適用認定証、医療費控除制度、当院の無料定額診療などメディカルソーシャルワ



カーが相談に乗ってくれます。

さらに、新しい薬も多く、薬剤師による薬剤指導も予定しています。

そして、頼りになるのが患者会で、大阪乾癬患者友の会のメンバーによる相談会が、隔週第3木曜日の14時から15時30分まで行われています。同じ病気を持つ視点で、いろいろ話ができます。知識を深め、病気や治療の悩みを共有しています。

それでは、看護師は乾癬センターでどのような業務をしているのかご紹介します。

まず、初診時はどのように、次に再診時、そして最近増加してきた生物学的製剤で治療されている方へのアプローチについてお話しします。初めて来院された患者さんには、まず問診票を書いていただき、現在どのような症状か、どんなことに困っているか、乾癬の他にもご病気はあるか、今までの病状経

患者会の取り組み

大阪乾癬患者友の会のメンバーによる相談会

同じ病気を持つ視点で、話ができる。
知識を深め、共有する。
病気・治療の悩みを相談できる
第3火曜日 14:00~15:30

過と治療の経過、その治療は効果的に

行なわれていたか、継続して通院されていたか、ご家族の理解はあるか、お仕事はどのような、通院はどのペースでできるか、などお話ししていただいています。また、皮疹は気にならないか、痒みはないか、夜は眠れるか、お酒・お煙草はどれくらい、何が一番困っているかなど、お聞きしています。

そのあと、ご存知かもしれませんが、乾癬とはどんな病気か、どのような治療があるのか、パンフレットを用いて説明します。そして、その治療は、症状、今までの治療経過や治り具合、年齢や性別・基礎疾患や合併症の有無、生活環境や通院状況、経済状況、また患者さんの満足度がかなうよう、色々なことを「考えあわせられて決まります。ですから、診察時には、何でも安心して、お話ししてくださいと説明しています。最初の診察が終わると、私た

2. 乾癬センターでの看護師の役割

1. 初診時
 - どのような希望を持って来院されたか聴取
 - 外用剤の塗り方説明
2. 再診時
3. 生物学的製剤使用時
 - 導入の準備
 - 経過
 - 自己注射

ちは、外用剤の塗り方指導を行います。

乾癬の治療の基本は、塗り薬です。外用する前には、まず、手を洗います。しっかりと外用すると、外用剤だけで、こんなにきれいになります。外用療法のコツは、必要な量をしっかりと塗ることです。たっぷり塗ることで治療の効果が得られます。人差し指の第1関節までの量で、だいたいの手のひら2枚分です。これは大体0.5gで、肌のきめに沿って塗ると、薬が良く浸透し、効果が上がります。塗るときは、皮膚に、優しく乗せるように塗ります。強くこすらないでください。ゴシゴシこすったり、鱗屑をむしると、効果が十分に得られなかったり、ケブネル現象（刺激を加えると新しい乾癬ができること）と呼ばれる新しい皮疹の原因となることがあります。塗ったときティッシュペーパーが一枚皮膚に引付くくらいで、皮膚が軽く光る程度です。実

乾癬の病態や、治療の選択についての説明

症状や治り具合（治療経過）
年齢・性別・基礎疾患
通院状況や生活環境
経済状況
患者さんの満足度
皮疹が広がって隠せない
今後の不安
外用剤を塗るのに時間がかかる

色々総合して、患者さんごとに治療法が選択されますので、心配なこと、不安なことなど何でもお話しください。

乾癬の治療の基本は塗り薬

塗り薬は上手に使えますか？

外用剤は、塗り方によって大きな違いが出てくる場合があります。



初めてのときは実際に塗って試しています

乾癬の外用剤の塗り方のポイント

たっぷり塗りことで十分な効果が得られます
継続する

強くこすらない
鱗屑をむしらない

皮疹がない部分には塗らない

中心部が治ってきたら、周りの盛り上がっている
ところのみ塗ります



③生物学的製剤での治療

どんな治療か理解していただく

どんな不安が？

効果 副作用 家族の同意

高額→医療ソーシャルワーカーに相談

定期的な通院

生物学的製剤での経過

変わったことがあれば放置しないで連絡

手洗いうがいの励行

再診時、症状・治療効果・副作用・満足度など

お聞きします



際にいつもしている、乾癬の外用剤の塗り方を述べましたが、ポイントは、①たっぷり塗る、②継続する、③強くこすらず、鱗屑をむしらない、④皮疹がないところには塗らない、⑤中心部が治ってきたら、周りの盛り上がっているところのみ塗ります。⑥部位によって、皮膚からの吸収が違うので、医師の指示どおり薬を使用してください。

その他、初診で来られた時には、頭皮の手入れの仕方、その人のケブネル現象防止の工夫、ストレス解消について、体重の重い方には、栄養指導のご案内、紫外線療法や、内服治療のある方にはそれらに関する説明を行っています。そして、再診で来院された時、上手に外用剤は使えたか、どの位の量が必要だったか、症状はどのように変化したか、今後どのようにしていきたい

いかお聞きしています。少しでも満足な部分があれば、ほっとしています。経過が長くなると、悪化して治りにくくなっているのか、皮疹が広がって隠しきれないものではないか、毎日の塗り薬を塗るのに時間がかかってストレスになっていないか、現在の治療に満足しているか、今後不安を抱えているのか、快適な日常生活が遅れているか、確かめます。

最後に、生物学的製剤で治療を受けている方に対して私たちがどのように対応しているか聞いてください。まず、医師より提案があり説明されると、どんな治療か理解していただいたか確認します。新しい治療なので、効果や副作用について不安だと思います。ご家族にも分かってもらえたか、医療費が高額になるのか、その点については了承できたのか、定期的な通院はできる

のかなど、一つずつ解決していきます。また、安全に治療を開始するためのスクリーニング検査があります。問診の他、胸部X線やCT検査、結核・B型肝炎・その他の感染症検査、悪性腫瘍の検査（便潜血検査・乳がんや子宮がんの検査など）があり、その必要性を説明します。感染症や、悪性腫瘍が見つかるとあります。生物学的製剤での治療が始まったら、体調に関して、連絡をこまめにさせていただく必要があります。いつもと変わったことがあれば、放置しないで連絡していただいています。日常生活では、手洗い・うがいの励行、人ごみの中ではマスクをつけるなど、感染予防に気をつけていただきます。再診時には、看護師が、診察前に必ず、それまでの経過や治療効果、満足度、気になることなどお聞きしています。生物学的製剤には、自己注射

できるお薬が4種類あります。単に自分で注射するだけでなく、安全に確実に自己注射を継続できるように、支援しています。

個別に一人一人の体や生活状況に合わせて、どの様な時連絡が必要か、受診が必要か、呼吸器以外の感染症についての説明、感染予防指導や、怪我や抜歯や手術が必要になった時の対処、十分な睡眠や、バランスのとれた食事指導、など細かく説明しています。症状が良くなったなら、勝手に治療を中断して、関節の拘縮や変形を起こしてしまつてから再受診する方もいますが、治療を止めたいときは、医師と相談して、上手に治療を変更していく必要があります。

以上、乾癬センターの概要と私たち看護師の役割についてお話しさせていただきました。何かお役に立つ情報はありますか。



私たち看護師は

自分自身で病気を治そうとする気持ち
治療に取り組んでいこうとする気持ち
向上させて

自分の治療法をよく理解して
自分で責任を持って治していけるよう
サポートさせていただいています。

りましたでしょうか？私たち看護師は、患者さんの自分で病気を治そうとする気持ちを向上させて、自分の治療法をよく理解して、ご自分で責任を持って治していけるようサポートさせていただいています。チーム医療では、看護師が梯（かけはし）となっています。なんでも、気軽にお声かけください。ご清聴ありがとうございました。

和食とおしゃべりで楽しい時間を満喫 ＝第19回女子会開催 3月23日＝

3月の寒さで桜の開花はおあずけでしたが 当日はとっても良いお天気で暖かい一日でした。ホテル大阪阪神の2階の「花座」で和食をいただきました。参加者は14人。初参加の方は5人です。新鮮な雰囲気楽しくおしゃべりしました。食事のあとは 手作りケーキの喫茶店に場所を変え続きのおしゃべりに花が咲きました。

初参加の方に参加の感想をメールしていただきました。ありがとうございました。

和歌山から参加の M.Tさん

本日は、大阪乾癬患者友の会(春の女子会)に参加させていただきありがとうございました。毎日疲れやすく、気が落ち込む日々を過ごしていた私でしたが、今日の会をきっかけに、皆さまも同じように悩んでいる事を知り、私だけが悩んでいるわけではないと知る事が出来ました。この会に参加して、前よりも気が楽になりました。また皆さまとお会いする事を楽しみに、日々頑張りたいと思います。本日は大変お世話になり、ありがとうございました。

加古川市のIさん

おはようございます。きのうは有難うございました。楽しかったし美味しかったです。

摂津市のA.Tさん

今日はお疲れ様でした！初めての女子会に参加させて頂いて日毎の事から開放されて楽しい時間でした？

ありがとうございます？ 同じ痛みが分かり合える事にほっとしたり、重ねて色々な事を見聞きして勉強させてもらえた一時でした。又の再会が楽しみです？

算面市のKさん

昨日はありがとうございました。発病から3年半になります。悶々としていたので、同じ病気の方からお話を伺えてよかったです。女子会という心強い味方ができ、病気と気長に付き合おうと思っています。参加出来たことに感謝します。これからもよろしくお願ひします。

(副会長 吉岡)



患者体験談

寛解をめざして一前進のみ

大阪 原田

「梯の会」会員の原田です。乾癬歴は学生の頃からで、長く、全体的に赤い状態になる紅皮症です。生物学的製剤は、2008年に「ヒュミラ」を使用し、現在生物学的製剤「ステララー」で治療をしています。最初1ヶ月2回お腹に注射、その後は3ヶ月に1回の治療で、短期間で驚くほどよくなりました。2010年にスタートして、9年間で35回になります。気になる副作用もなく、検査所見に変化もない状態です。外用剤の使用はドボベツト、マードデュオックス、オキサロールなどです。

患者会に入会するまで同じ病気の方と話すこともなく、当時は情報も少なく困っていた所、1998年12月大阪大学に患者会が発足しました。自分の居場所が出来てほっとしたのを感じています。会報は安心して安全な最新の情報が掲載されています。今は新しい薬も使えるようになり、治療範囲も広がりました。近い将来寛解まで行けそうと思えるようになりました。

「梯の会」入会20年、原因はまだはっきり分かりませんが、同じ病気の患者さん達と家族以上に色々な話ができるようになったことは感謝しています。絆がどんどん強くなっています。多くの世代の方々と病気以外の事も教えてもらっている、日常生活で色々な発見があり、ストレス解消にもなっています。

治療のことは先生に、検査など分からないことがあれば看護師さんに、薬のことは薬剤師さんに聞くことができます。そして日常の不安は患者会の皆さんに聞くことができます。最近11月1日第2土曜日に西区の区民会館で幹事会にも参加しているので、分かりにくかったことも解決できるようにになりました。

現在75%〜80%は良い状態ですが、足が治りにくいです。7月に検査を受けて、全てクリアできれば8月から新しい生物学的製剤「スキリージ」に変更する予定です。「ステララー」と同じく3ヶ月に1回の注射です。効果がありそうで楽しみにしています。ともかく前進のみで治療頑張っています。

皆様これからも宜しくお願い申し上げます。

新しい生物学的製剤「スキリージ」が発売

乾癬治療に劇的な治療効果をもたらした生物学的製剤は、「レミケード」「ヒュミラ」「ステララー」「トテムフィア」「コセンティクス」「トルツ」「ルミセフ」等、多くの種類がありますが、このたび新たにアッヴィ合同会社より新しい生物学的製剤「スキリージ」が発売されました。

「アッヴィ合同会社は、乾癬治療薬『スキリージ皮下注75mgシリンジ0.83mL』（一般名：リサンキズマブ）を新発売した。既存治療で効果不十分な尋常性乾癬、関節症性乾癬、膿疱性乾癬、乾癬性紅皮症の適応症で用いる。スキリージは、IL-23を選択的に阻害する生物学的製剤で、0週時、4週時、その後は12週間ごとに投与する乾癬治療薬。国内で承認されている乾癬治療薬では最も投与頻度が少ないのが特徴。3月に世界に先駆けて国内承認を取得した。国内外の第III相試験では、スキリージ投与群は、プラセボ群、ウステクヌマブ群、アダリムマブ群に比べ、有意に高い皮膚症状の改善率を達成している。」



(上記記事は「薬事日報ウェブサイト」からの引用です)

第41回学習会参加者アンケート(回収数23 複数回答がありますので合計23名を超えることもあります)

質問項目		人数	具体例・備考など
1. 今回の学習会をどのようにしてお知りになりましたか。			
	医師や病院の紹介	5	
	会員向け郵送チラシ	14	
	本会のホームページ	6	
	新聞記事		
	その他		
2. 今回学習会に参加されたのは初めてですか。			
	はい	6	
	2回目	3	
	3回目		
	4回目	2	
	それ以上	12	
3. 参加された方は。			
	本人	17	
	家族	10	
	医療関係者		
	その他		
4. 患者の方、乾癬の種類はなんですか			
	尋常性乾癬	15	
	滴状乾癬		
	乾癬性関節炎	10	
	乾癬性紅皮症		
	膿疱性乾癬	2	
5. 乾癬になって何年ですか。			
	1年未満		
	1年～5年	5	
	6年～10年	5	
	11年～20年	5	
	21年～30年	2	
	31年以上	3	
6. 今どのような治療を受けておられますか。			
塗り薬	ボンアルファ	5	
	オキサロール	2	
	ドボネックス	3	
	ドボベツ	9	
	マーデュオックス	3	
	その他		デルモベート1、リンデロン2、ヒルロイド1、アンチベート1、フルメタ1、ジブラール1
光線療法	PUVA		
	ナローバンドUVB	5	
	エキシマライト	1	
	その他		
内服薬	エトレチナート(チガソン)		
	シクロスポリン(ネオーラル)	2	
	オテズラ	2	
	その他		メトトレキサート2、エビナスチン1
生物学的製剤	レミケード		
	ヒュミラ	2	
	ステラーラ		
	コセンティクス	2	
	トルツ	1	
	その他		不明2

7.今日の学習会の感想をお書き下さい。

- ・まずはコンサートが新鮮でよかったです。飲み薬についても具体的に理解できました。山下師長さんの話は乾癬という病気だけでなく、その人の人生をサポートして、全体を捉えてのアドバイス。とてもよいことだと思います。
- ・専門的な薬についての話が聞けて参考になりました。
- ・コンサートが非常によかったです。このようなイベントは定期的実施して欲しい。
- ・山下看護師長さんのお話は身近な事で参考になりました。
- ・初めて参加しました。知らない事ばかりでした。9年近く病院にかかっていたのは何の為だったんだろうと思いました。
- ・色々な事を細かく教えて頂いて有り難いです。
- ・ありがとうございました。
- ・コンサートが爽やかでよかったです。来てよかったですと思いました。
- ・五重奏コンサートで生演奏を聴けてとてもよかったです。とても参考になり参加してよかったです。ありがとうございました。
- ・樽谷先生・山下師長のわかりやすく丁寧なお話で勉強させて頂きました。
- ・オテズラの効き方がわかってよかったです。
- ・コンサートでの始まり、とても楽しくなごませていただきました。
- ・大変よかったです。ありがとうございました。

8.大阪乾癬患者会の行事(学習会など)について、御意見・御要望がありましたらお書き下さい。

- ・各論で講演会をしていただくとより理解できます。
- ・患者会様の情報が頼りです。
- ・皆様お忙しい中お世話になり感謝申し上げます。日々進歩する医療等について知りたく、出来るだけ参加させていただきます。

9.会報「Psoria News」について、御意見・御要望がありましたらお書き下さい。

- ・会報は私にとって教科書であり、助かっております。
- ・詳しい情報で役立っています。
- ・受け付けで立ち読みしたかったです(中待合にも置いてあるかと思いますが)。書籍コーナーで見かけたような気もしますが…。
- ・毎回大変興味深く読ませて頂き、勉強させて頂いております。ありがとうございます。

10.その他何かありましたらお書き下さい。

- ・栄養指導をこのような講演会で行って頂けるとありがたいです。
- ・山下さんがいつも気にかけてくださいますので、心強いです。今日も教えて頂きました。ずっと辞めないで下さいネ。また後に続く看護師さんにも期待します。
- ・飲み薬・軟膏も知らない名前の薬ばかりです。
- ・山下看護師長さんが、不安・心配があったらいつでも言って下さいとの事。安心を得れる事が一番の治療になるところがあります。
- ・子どもの乾癬患者の交流会・相談会、保護者の交流会などがあれば嬉しいです。
- ・ありがとうございます。
- ・マイクを通しての方が聞き取りにくかった感じが…
- ・始めにすばらしい演奏があり、得した気分になりました。これからもやって頂ければ嬉しいです。
- ・講演会・会報作成など準備が大変と思っています。ありがとうございます。

交流親睦会

なら かしはら 今井町散策ツアー

戦国・江戸時代の 伝統を味わう

当日は11時に近鉄八木駅に集合し、駅のすぐ近くにある今井町に向かいました。今井町は重要伝統的建造物群保存地区に指定されており、東西600m、南北310mあまりに広がっています。元々戦国時代頃に来たと言われていますが、織田信長より自治特権を許され、江戸時代には大いに発展、現在も多くの民家が江戸時代以来の伝統様式を保っており、今西家を初めとして街全体が歴史の重さを強く漂わせています。

江戸時代にタイムトリップしたような雰囲気の中、最初に「今井まちなみ

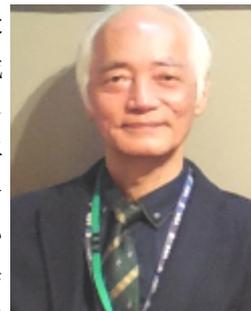


4月14日(日)、本会主催で「奈良県橿原市、今井町散策ツアー」を行い、18名の参加があり、歴史的街並みをゆっくり散策すると共に患者同士の交流を深めました。

交流センターに入り、街並みの様子や民家の模型などを見て、この町の歴史や伝統を学び、その後、ゆつくりと街中を巡っていききました。ほとんど時代劇のセットを思わせるような落ち着いたたたずまいで、また観光客もあまりおらず、現在も当時の様子を奇跡的に保存している歴史情緒を堪能することができました。

多くの町家の中でも

事務局長 中山誠士氏逝去



さる5月30日、本会事務局長の中山誠士氏が逝去されました。中山氏は2009年(平成21年)から今年まで、10年の長い期間に亘って、本会の事務局長を務めて

来られました。昨年9月の「みんなで語ろう乾癬についてin松山2018」に於いては、学習会で司会も担当するなど、元気な様子で全国の患者会の皆様と交流・親睦をはかられていたのですが、当時より体調不調を訴えられており、その後入院され、闘病生活を送られており、大阪乾癬患者友の会幹事も一日も早いご快復を願っていたのですが、その願いも叶わぬこととなりました。

氏は事務局長として本会のみならず日本乾癬患者連合会の幹事としてもご活躍され、間もなく発行予定の「乾癬ハンドブック」改訂版にも尽力されてきました。製薬会社勤務の経歴で治療法や治療薬については非常に詳しい知識を持っておられ、また本会では様々な患者様の相談役を一手に引き受けてくださっていました。

社交的でいつも笑顔を絶やさぬ優しいお人柄は、多くの患者の心の支えにもなっていました。

ここに生前のご活躍に対して厚く感謝すると共に、心よりご冥福をお祈り申し上げます。

ひととき偉容を誇るのが「今西家」ですが、中まで見学に入り、現在もそこに住んでおられガイドもなさっている住人の方から、家の様子や由来についてじっくりお話を聞くことができました。皇族の方も立ち寄られたことがあるとのこと、400年近くになる歴史の重さを実感することができました。

全体を通じては、今回も歴史建築の専門家である副会長の妻木氏より様々な建物の特徴や歴史的背景を説明していただきました。

お昼はみんなで近くの寿司屋さんでランチを賞味。午後から雨が降ってきましたが、それはまたこの街並みにマッチし、今回事務局長として初めて企画・引率を引き受けてくれた長生氏の案内のもと素晴らしい時間を過ごす事ができました。



その25…環境に合わせた治療選択

小林皮フ科クリニック 小林照明



40歳代の男性で、20歳のころから20年以上乾癬の皮疹が続いている患者さんの話です。最初は前腕と下腿に皮疹が分布していたため、外用中心の治療でステロイド外用剤とビタミン外用剤を交互に使っていただきました。そのうち会社で昇進するとともにストレスが溜まってこられたのか腹部や背部にも皮疹が拡大してきました。今後の治療方針について相談すると、多忙ながら勤務先がクリニックから近いということもあり、当クリニックの紫外線全身照射の装置はおよそ1～2分以内で照射が終了するため、少しの時間なら抜けて週1～2回受診可能であるとのことで、外用と紫外線治療を併用する方向で方針が決まりました。来院の頻度は多少不規則でしたがそれでも皮疹面積は当初の10～20%にまで減少し、照射間隔も月に2回ほどでコントロール可能な状態にまで回復しました。

ところがさらに出世されて東京本社勤務になったとのこと。患者さんには紹介状の用意をするので勤務先に近いクリニックで紫外線照射装置のあるところを探してきてくださいとお伝えしていました。赴任直前になっても何も言ってこれないのでお聞きしたところ、ご自宅は大阪のままで単身赴任するため、月1度のペースで当クリニックに受診したいとのことでした。紫外線照射を月1度では難しいと考えていたのですが、案の定数か月すると皮疹が増加してきました。患者さんとの相談ののち、アプレミラスト錠（商品名：オテズラ錠）を内服して頂くことになりました。ただ、こちらのお薬代は3割負担の保険の方で、2週間分8,000円強（2019年7月時点）といささか高価なのですが、患者さんの希望もあり、数か月内服を続けられると目に見えて皮疹は減少しました。今でも皮疹は少し残っていますが、100円玉程度のものが数か所背部腹部に残る状態に落ち着いています。

患者さんの社会状況、生活環境に合わせて内服・紫外線照射・外用とそれぞれの治療を組み合わせる最善の方向にもっていくことも医者の方針です。

（小林皮フ科クリニック…大阪市淀川区三国本町3-37-35 阪急宝塚線三国駅下車）

大阪乾癬患者友の会(梯の会) 顧問・相談医一覧

名称	名前	所属・関連病院	住所
顧問	吉川邦彦先生	大阪大学名誉教授	
相談医	東山真里先生	日本生命病院	大阪市西区江之子島2-1-54
	片山一朗先生	大阪大学医学部付属病院	吹田市山田丘2-2
	乾重樹先生	心齋橋いぬい皮フ科	大阪市中央区南船場3-5-11
	谷守先生	谷皮フ科	豊中市庄内西町3-2-6
	川田暁先生	近畿大学医学部付属病院	大阪狭山市大野東377-2
	松田洋昌先生	近畿大学医学部付属病院	大阪狭山市大野東377-2
	吉良正浩先生	市立池田病院	池田市城南3-1-18
	小林照明先生	小林皮フ科クリニック	大阪市淀川区三国本町3-37-35
	中村敏明先生	なかむら皮フ科	大阪市西区西本町3-1-1
	辻成佳先生	大阪南医療センター(整形外科)	河内長野市木戸東町2-1
	樽谷勝仁先生	近畿中央病院	伊丹市車塚3-1
	鶴田大輔先生	大阪市立大学医学部付属病院	大阪市阿倍野区旭町1-4-3
	立石千晴先生	大阪市立大学医学部付属病院	大阪市阿倍野区旭町1-4-3
	山岡俊文先生	中津皮フ科クリニック	大阪市北区豊崎3-20-12 パールグレイビル6F
山崎文和先生	関西医科大学	枚方市新町2-5-1	

お知らせ

★編集局では皆さんの原稿を募集しています。乾癬についての自分の体験、自分が行っている治療法、日常生活で心がけていること、乾癬治療に役立った事、その他何でも構いません。エッセイ・詩・短歌・俳句などもぜひ投稿してください。お待ちしております。

★「PSORIA NEWS」では「乾癬Q&A」コーナーを設けています。症状や治療法、薬など乾癬に関する質問がありましたら編集局までお寄せ下さい。代表的な質問などを選んで、相談医の先生方に会報上で答えて頂きます。

幹事募集！

★幹事募集！「大阪乾癬患者友の会」の幹事会は全て会員や相談医の方のボランティアで成り立っています。会では幹事になって頂ける方を募集しています。幹事の人数が少なく大変困っています。自分のやれる範囲で結構ですから、ぜひお手伝い下さい。当面次の仕事をお手伝い頂ける方を探しています。 1) 定例総会等行事のボランティア 2) 会報送付作業のボランティア 3) ホームページ管理等のボランティア 4) 幹事会参加メンバー(5名程度)

ホームページのご案内

大阪乾癬患者友の会(梯の会)では、ホームページを作成・運用しております。乾癬についての治療法・薬・生活上の注意や総会のお知らせ・会報の抜粋・掲示板・乾癬関係のホームページへのリンクなどが掲載してあり、役に立つ情報が一杯です。ぜひ御覧になって下さい。ホームページアドレスは下記の通りです。



<http://derma.med.osaka-u.ac.jp/psor/>

会員の皆さまへ お願い

※会費をダブって振り込まれる方が増えています。領収書は大切に保管しておいてください。なお、会報が届かない場合は、お手数ですが事務局までお問い合わせください。

※転居されたときは、会報等を確実にお届けできるよう、事務局までご連絡ください。

「PSORIA NEWS」 第77号 2019年(令和1年) 8月発行

発行：NPO法人 大阪難病連加盟
大阪乾癬患者友の会(梯の会)
事務局：〒550-0006 大阪市西区江之子島2-1-54
日本生命病院皮膚科内
E-mail
info-psoria1@derma.med.osaka-u.ac.jp
発行責任者 岡田(会長) 小林(編集責任)

2019年 大阪乾癬患者友の会 幹事

会長	: 岡田	会計・イベント	: 桔梗	女子会	: 吉田
副会長	: 妻木	監査・難病連	: 加納	女子会	: 原田
副会長	: 吉岡	会報編集	: 小林	幹事	: 池内
事務局長	: 長生	難病連・広報	: 宮崎		