



手足のかゆみ劇的解消 良い汗と豆料理がカギ

2015年05月06日放送



今回の番組について

あなたのしつこいかゆみ もしかしたらアレかもしれません

今回は、**かゆみ**の意外な原因と**対策**、2連発でご紹介しました。

まずは、手足のしつこい「かゆみ」。

この季節、暖かくなってきたなという頃に、
むずむずしてくるのが、あの、いや～な水虫。

でも、症状は**水虫そっくり**でも、まったく違う原因で、
手足がかゆくなる病気がありました。

なんと、水虫が治らないと病院に来る人の**およそ半分**が、
この病気だった、ということが医師への取材によって判明！

その病気とは、「**異汗性湿疹**」。

その中でも、豆類などに含まれている微量の金属が、
皮膚の表面に炎症を起こす、「**全身型金属アレルギー**」かもしれません。
1週間薬を塗っても治らない場合、原因が別にある可能性が大きいんです。

対策は、まずは皮膚科、耳鼻咽喉科でパッチテストを受け、
自分が**金属アレルギーかどうか**を確かめること。

次に、原因となる**金属が含まれていそうな食事**を止めてみることに。
それで症状が治まれば、かゆみを抑えることも可能になります。

また、次々と「**連鎖する**」かゆみの、意外な原因も紹介しました。

今、**りんご**や**さくらんぼ**など、果物や野菜が次々と食べられなくなる人が増

えています。中には**救急車**に運ばれた人も。

もしかしたらその原因、花粉症かもしれません。

多くの人がかかっているスギやヒノキの花粉症ではあまりおきませんが、**ハンノキ、ブタクサ、カモガヤ**などの花粉症では、果物や野菜に含まれているたんぱく質に反応してしまうことがあるんです。

正式には「**口腔（こうくう）アレルギー症候群**」といいます。

対策は、やはり、アレルギーの検査をしっかりとすること。

皮膚科、耳鼻咽喉科で**血液検査**や**プリックテスト**を受けて、自分が何の花粉症か見極めること。

それから、**薬**などをきちんと使って**花粉症の症状をしっかりと抑えること**。

そうすれば、果物や野菜へ「連鎖」しにくいと考えられています。



今回のお役立ち情報

金属アレルギーによる手足のかゆみについて

食べ物に含まれるニッケルやコバルト、クロムなどの微量な金属が、汗などに出て皮膚の表面に炎症を起こす金属アレルギー症状を、金属による接触皮膚炎と区別して、「全身型金属アレルギー」と呼んでいます。汗が多く出る場所に症状が見られるので、手や足、脇、背中などの湿疹が多く見られます。

皮膚科を訪れるポイントについて

<!-- p.p1 {margin: 0.0px 0.0px 0.0px 0.0px; text-indent: 84.0px; font: 14.0px 'Hiragino Mincho ProN'; -webkit-text-stroke: #000000} span.s1 {font-kerning: none} -->

手足の湿疹やかゆみがひどく、1週間対策しても症状が全く改善されない！そればかりかかえって悪くなるようならば、番組で紹介したように原因が別にあることが多いため、皮膚科を訪れて詳しく診てもらいましょう。

金属アレルギーのテストについて

自分が金属アレルギーかどうかチェックしたい方は、パッチテストをうけてください。費用は項目数にもよりますが、保険適用で5000円程度。病院によって金額や検査日もまちまちなので事前に確かめておくといいでしょう。

花粉症が引き起こす果物アレルギーの予防について

正式には「口腔アレルギー症候群」と言います。アレルギーを引き起こすたんぱく質の形が花粉と果物でよく似ているために起きる症状です。予防のためにまず花粉症の治療をしっかりと行うことが大切だと言われています。スギやヒノキだけであれば安心ですが、ハンノキやシラカバ、ヨモギやカモガヤなどで花粉症を発症させている人は比較的口腔アレルギー症候群になりやすいです。

花粉症のテストについて

花粉症の原因物質を調べるには、血液検査とプリックテストという方法があります。プリックテストは皮膚に原因物質を染み込ませてアレルギー症状が出るかどうかをチェックするものです。費用は保険適用で3000円程度(項目数によある)。今では多くの皮膚科や耳鼻咽喉科で実施されています。



Copyright NHK (Japan Broadcasting Corporation) All rights reserved.
許可なく転載することを禁じます。