

アトピー性皮膚炎の痒みは、痛みよりつらいものです。痒いのを我慢することは、とてもできません。引っ掻くと悪化するのとは明らかなため、「掻いたらダメ」と言い聞かせる場面によく遭遇します。しかし、無意識にでも掻いてしまうために、「自分はお母さんの言うことを守れない悪い子」とか、「お母さんには自分の痒さをわかってもらえない」など、親子関係に及ぼす影響もあまり良いとは言えません。子どもにとってお母さんは、「どんなことでも全部自分のことを受け入れてくれる」という安心できる存在でありたいものです。

引っ掻きの被害を少なくするよう爪切り、爪やすりなども大切ですが、必要な外用剤や内服薬をしっかりと使用することが大事です。むやみにステロイド剤を怖がったり、内服薬を嫌がったりせず、症状を抑えられる必要最小限は使いましょう。そうして症状が治まっている間に、何が原因で痒いのか（皮膚にアレルギー反応がおきているのか）を突き止めていく必要があります。

皮膚に反応するものは、大きく3つの経路が考えられます。接触、食べ物、吸入です。

接触により悪化する場合は、動物の毛・フケ・唾液、ハウスダスト、ダニ、合成洗剤、入浴剤、石けん、衣服、親の化粧品などです。もちろん、アレルギーを起こす食品も皮膚に接触すれば、アレルギー反応をおこします。卵白を溶かした入浴剤でアナフィラキシーショックを起こした乳児もいます。羽毛アレルギーだったお子さんは、羽毛ふとんをやめた翌日から痒がらなくなったなど顕著な例もあります。また、オイルマッサージ（ベビーマッサージ）の流行からか、オリーブ油や、ホホバ油、馬油などの接触による皮膚炎も増えてきました。保湿もしなくてはならないものだと思い込んでいる方が多いのですが、保湿剤や軟膏類にもアレルギーを起こしている方が見られます。毎日塗っているために、それで悪化しているとは気付かないことも多く、皮膚に相性の良いものを選んで、必要な場合にのみ使用することが大切です。

次に食べ物ですが、世の中が変わってきたため、単純ではなくなってきました。通常の食べ物は、今では、放射性物質による汚染や、膨大になった食品添加物、残留農薬、除菌剤、防カビ剤、遺伝子組み換え、抗生物質、ホルモン剤などによって変化しています。

食物そのもののアレルギーについては、非IgE抗体のもの、主として遅延型ですが、初めに約100項目程をチェックしています。また、IgE抗体も、即時型ですが、アナフィラキシーを起こしやすいタイプですので、調べる必要があります。IgE抗体と非IgE抗体の陽性のもののうち、皮膚に症状が出ているものを確定していきます。それらのアレルゲンを皮膚に症状が出なくなる程度まで除いていきます。完全に微量に至るまで除去しなければならぬ場合もありますが、少し減らすだけで症状が出なくなる場合もあります。あきらめずに一つ一つを特定し除くこと、また、安全な食品を求めているという意思表示も、業界に対して必要だと思います。

確定されたアレルゲンを100%完全に除去しなければ治らないという訳ではありません。大きなアレルゲンを除きつつ、症状を軽くしながら頑張っていると、しだいに反応するものが減っていきます。大きなアレルゲンの抗体が低下してくるにつれ、自分の中で異物を除去する力が大きく育ち、自然に治ってくるのです。