

抗ヒスタミン薬の服用が効果的

じん ま しん ち りょう 蕁麻疹の治療

特定の食材を食べると蕁麻疹が出る。あるいは、毎日のように蕁麻疹が現われては消える——蕁麻疹で悩んでいる方もいらっしやるでしょう。

蕁麻疹はなぜ起こるのでしょうか？ 有効な治療法はあるのでしょうか？

蕁麻疹の発疹は すぐに消える

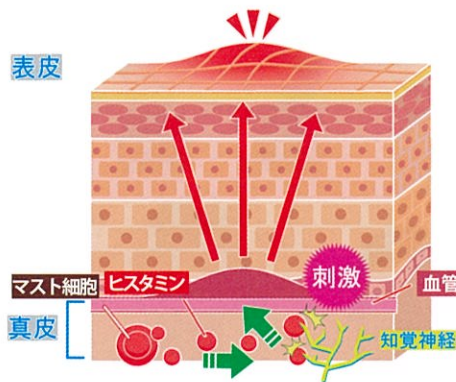
植物のイラクサは葉に刺毛があり、これに触ると皮膚に発疹が現われます。イラクサは別名・蕁麻（じんま）。蕁麻疹という病名はここから付けられました。

蕁麻疹の見た目は、小さなブツブツから、皮膚の広い範囲に広がるものまで様々です。

蕁麻疹のもっとも大きな特徴は、発疹が現われてから数時間（長くても24時間以内）に治まって消えてしまうことです（発疹が消えない場合は、蕁麻疹以外の病気が疑われます）。

蕁麻疹が起こるメカニズムは、身体になんらかの刺激が加わって大量に分泌されたヒスタミンが血

管に作用して、血液中の血漿が皮膚に漏れ出すことで起こります。



蕁麻疹の原因は わからない？

蕁麻疹と聞くと、例えば、特定の食材（カニや鯖、蕎麦など）を食べたときに起こる、アレルギー

反応というイメージがあります。しかし、アレルギー反応が原因で起こる蕁麻疹は全体の3%程度と、とても低い数字となっています。

アレルギー以外では、衣類の擦れ、日光の刺激、発汗といった原因もありますが、これらを含めても原因がわかっているのは、30%以下となっています。

では、蕁麻疹のもっとも大きな原因の难道でしょうか？

実は、蕁麻疹の70%以上は、原因不明とされています。とくに、数か月、あるいは数年といった期間、慢性的に蕁麻疹が現われるケースでは、ほとんどの場合、原因が明らかになっていません。

蕁麻疹の治療 (原因が特定できる場合)

蕁麻疹の原因がはっきりしている場合は、それらのものを生活から取り除くことや避けることが重要となります。まずは、皮膚科を受診して、原因を特定するようにしましょう。

食生活や生活習慣の改善、服装

蕁麻疹のおもな原因 (特定できるもの)

食品によるもの

(魚介類・カニ・エビ・そば・小麦粉・卵など)



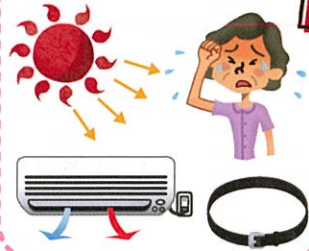
吸入物によるもの

(花粉・ダニ・ペットの毛・ホコリなど)



刺激によるもの

(急な暑さや寒さ・日光・汗・ベルトなどの摩擦)



その他のもの

(薬・虫・クラゲなど)



蕁麻疹の治療 (原因不明の場合)

蕁麻疹の原因が特定できないケースでも、けっして悲観しないでください。

蕁麻疹には、抗ヒスタミン薬の服用による薬物療法が高い治療効果をあけています(ちなみに、蕁麻疹の湿疹は短時間で消えるという特徴があるため、外用薬による治療は基本的に行なわれません)。慢性的な蕁麻疹の薬物療法では、発疹が起これなくてもしばらくは抗ヒスタミン薬を服用し、やがて症状がほとんど現われなくなる状態を目指します。

国民年金に加入している「第1号被保険者」の女性で、出産を予定している方は、産前産後期間の国民年金保険料が免除になります(国民年金保険料の産前産後期間の免除制度)。

第1号被保険者には、農業や林業、漁業で働いている方や、個人事業主、フリーランスで働いている方、厚生年金の対象外のフリーターといった方が主に含まれています。

免除期間は、「出産予定日または出産日が属する月の前月から、4か月間」。また、1回の妊娠で複数の赤ちゃんを出産する多胎妊娠の場合は、「出産予定日または出産日が属する月の



出産援助の新制度

3か月前から、6か月間」となっています。

この制度は、出産後でも届け出ができますが、出産予定日の6か月前から届け出を受け付けています。届け出先は、お住いの市(区)の役所、町村の役場の国民年金担当窓口となっています。

この制度によって免除された期間の保険料は、納付されたものとして扱われます。保険料を前納されている場合は、還付されます。

この制度は、「次世代育成支援の観点から」2019年4月に始められた、新しい制度です。ご存知ない方もいらっしゃると思いますので、お知り合いに出産を予定している方がいらっしゃる方は、ぜひお知らせしてください。

