

りつの式 アトピー性皮膚炎 治療ガイドブック

医療法人社団 仁りつのクリニック
立之英正



かゆみが止まり、朝まで熟睡
ツルツルお肌で、鏡を見ることが楽しくなる

アトピーと、りつの式治療法

アトピー性皮膚炎の子供は「70%は年齢とともに自然に治る」と言われています。
お子さまの体質にもよりますが、自然に治る子と治らない子がいます。
ですから、あの子が脱ステロイドで治ったから・・・うちの子も治る、とは限りません。
また治ったように見えても、リバウンドする子も見られます。

赤ちゃんから、小児、大人までのアトピー性皮膚炎には、発症する原因があります。
まず、身近な生活環境に皮膚炎の元となるアレルゲンがないか、
間違ったスキンケアをしていないか、再度確認してみましょう。
花粉症や風邪、ストレスなどがトリガーになることもあります。

りつの式アトピー性皮膚炎の治療は、皮膚科の標準治療とは異なる新しい治療です。
当院でははじめに、発症時期や生活環境などをお聞きし、
患部の状態から重症度を判定します。
軽症のアトピー性皮膚炎であれば、主に新内服薬で体質改善の治療をします。

しかし、中症、重症の方は、アトピーだけではなく、とびひや、
皮膚の感染症が組み合わさって複雑な状態になっている
ことがほとんどです。複数の感染症が重なったアトピーには、
新内服薬と外用薬の併用が必要となります。

体質改善による新しいアトピー治療です。
笑顔になって、その先の豊かな日々を目指しましょう。

体質改善でできること

- 免疫の向上
- 皮膚抵抗を高める
- 皮膚内部の新生
- 生活の質を上げる

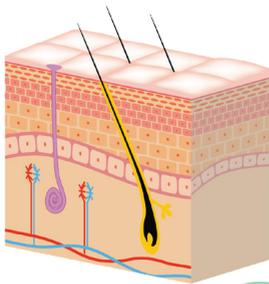


皮膚炎の発症原因を探る

アトピー性皮膚炎は遺伝的な要因が関わっているのは事実ですが、環境因子が発症原因であることも分かってきました。

人の体は免疫機能により修復されています。しかし、環境変化で機能の異常が生じ、異物であるアレルゲンに対する過剰反応がアレルギーを引き起こします。この原因により、さまざまな症状が現れます。

このアトピー性皮膚炎は、発症原因の改善と、適切な治療により、症状をコントロールすることが可能です。



はじめの
チェック

アレルゲンチェック

- 花粉症の時期から発症した？
- 汗をかく運動をしている？
- 砂場などで土遊びをする？
- 夏の川遊びをする？
- ペットを屋内で飼っている？

皮膚への刺激

- 石鹸、ボディシャンプー、化粧品を使う？
- 体はしっかり洗う？
- 手の消毒をしている？

アトピー性皮膚炎の発症には主に、即時型と遅延型の2種類があります。即時型は数分から数時間で発症するため、原因がわかりやすくなっています。しかし、遅延型は発症までに数日かかるため、見つけにくく、遅延型アレルギーであることに気づかないことも少なくありません。

よくある事例としては、ペットとの同居が挙げられます。屋内で犬や猫を飼っている場合は、一度別の部屋に隔離してください。

スポーツなどで汗をかいた後は、汗の汚れが残っていると、アレルギーの原因となる可能性があります。できれば運動を控えてください。(当院では、治療始めの一か月間は汗を洗い流すことを依頼しています)

一般的には血液によるアレルギー検査で抗体があるかを判別します。しかし、りつ式では基本体質の改善による治療のため、抗体の検査は原則行いません。

ストレス

- 風邪を引いてから悪くなった？
- 仕事や学業が忙しくなった？
- よく寝ていない？
- 環境が変わった？

※これらの原因はできる限り排除したいのですが、特定できないことが多いものです。

感染症の種類

アトピー性皮膚炎が発症した皮膚は弱く、細菌、ウィルス、カビなどの病原体が皮膚に侵入して感染症を併発することも多いものです。この代表的な感染症の種類には以下のようなものが挙げられます。

よくある、感染症(ブドウ球菌)

●とびひ

(伝染性膿痂疹:でんせんせいのうかしん)
アトピーの0.5~1割のお子様が、併発します。水ぶくれが全身に広がる様子が、火事の火の粉が飛び火するように、あつという間に広がることが似ているため「とびひ」と呼ばれています。

うつる病気です。

水ぶくれができる水疱性^{すいほうせい}と、かさぶたができる痂皮性^{かひせい}があります。

よくある、感染症(キズの菌)

●水イボ

(伝染性軟属腫:でんせんせいなんぞくしゅ)
発生するイボは直径2~5mmほどの大きさで、少し光沢があり、真ん中に中心臍窩というくぼみがあるのが特徴です。かゆみがないことが多いですが、時にかゆみを伴って、引っ搔いてたくさん増えてしまいます。

●毛嚢炎(もうのうえん:毛穴感染症)

毛穴の奥の毛根を包んでいる部分に起こる炎症です。毛包部にできた小さなキズから細菌が感染して起こります。



●脂漏性湿疹(しろうせいしっしん)

3割のお子様は皮脂分泌が多く、脂漏性皮膚炎を発症しています。

脂漏性皮膚炎の原因菌は、どんな人の皮膚にも常在するマラセチアという菌です。マラセチアは、皮脂を栄養源として大量増殖すると、皮膚炎を起こします。

●帯状疱疹(たいじょうほうしん)

帯状疱疹は、水ぼうそうのウィルスが再活性化して発症する病気です。

体の左右どちらかの神経に沿って、痛みや発疹が現れます。発疹は、赤い斑点から始まり、水ぶくれに変化します。

水ぶくれは、数日で破れてかさぶたになり、2~3週間で治ります。

皮膚の真菌症(カビの菌)

○苔癬(たいせん:丘疹が多数集合)

皮膚が厚くなり、硬くなり、赤や紫の発疹が出現することです。発疹は、円形や楕円形、線状など、さまざまな形状をとります。

○エレファントスキン

苔癬が重症となった厚皮症です。象皮症とも言われます。

感染症合併例と治療期間

悪化した皮膚は、アトピーだけではなく、複数の感染症が組み合わさって複雑な状態になっていることがほとんどです。

当院では複合度を1度から5度とし、右に示します。重症(4度,5度)の場合、完治するまでに1年以上～数年かかることがあります。

りつの式では、皮膚を悪化させる菌をグループに分けて治療します。

●:とびひ(ブドウ球菌)

●○:とびひ以外の菌

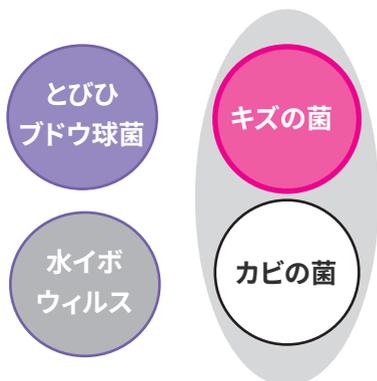
※その他に、水イボのウイルスもあります。

よく感染する菌は、皮膚の傷が原因のキズ(常在菌)とカビ類(真菌)です。

●キズの症状:傷、赤みを伴う湿疹

○カビの症状:ガサつき、色素沈着
色素抜け

次のような複合感染は、皮膚が一旦きれいになっても翌年に再発しやすいので、注意が必要です。



当院独自の重症度

1度(軽症)

(1)アトピー性皮膚炎のみ

※治療期間、3ヶ月未満
新内服薬で治療

2度(中症)

(1)アトピー性皮膚炎

(2)●キズと慢性湿疹

※治療期間、6ヶ月未満
新内服薬と外用薬を併用して治療

3度(中症～重症)

(1)アトピー性皮膚炎

(2)●キズと慢性湿疹

(3)○カビ感染と慢性湿疹

※治療期間、約1年

4度(重症)難治性

(1)アトピー性皮膚炎

(2)●キズと慢性湿疹

(3)○カビ感染と慢性湿疹

(4)●とびひ感染と慢性湿疹

※治療期間、1年以上

5度(最重症)

(1)アトピー性皮膚炎

(2)●キズと慢性湿疹

(3)○カビ感染と慢性湿疹

(4)●とびひ感染と慢性湿疹

(5)●水イボ感染と慢性湿疹

(6)●帯状疱疹

※治療期間、数年

年齢と皮膚の再生

皮膚は、4～6週間のサイクルで新生されます。つまり、基底層でつくられた細胞が表皮に達するまで、およそ1ヶ月半かかります。これを皮膚のターンオーバーと言います。

赤ちゃんでのターンオーバーはさらに速く、大人では遅くなります。

アトピー性皮膚炎の治療期間は、年齢、感染症にかかっていた期間、重症度によって異なります。そのため、当院では治療効果を3ヶ月単位で評価しています。

当院では年齢別で受診者のデータを集計しています。

赤ちゃん：0～2歳

小児：3～12歳

大人：13歳以上

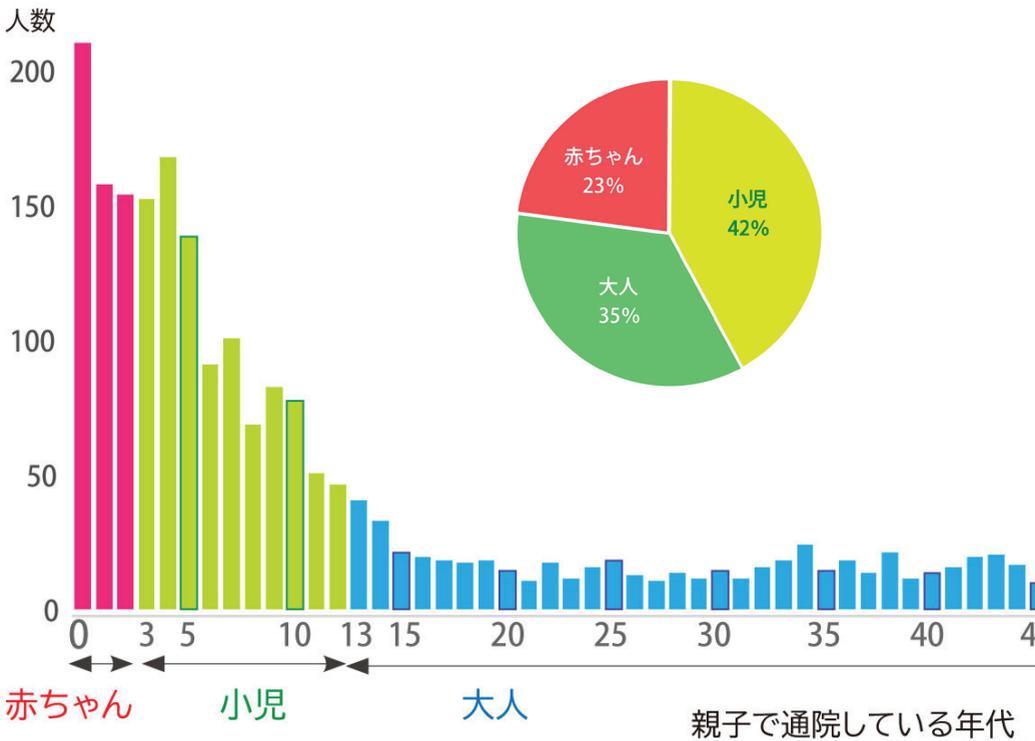
赤ちゃん、小児の治療率は90%以上、大人でも70%以上です。

円グラフは当院の受診者比率。

棒グラフは年齢別の人数です。

(2015年1月～2022年7月集計)

アトピーは遺伝的な要素もあるため、兄弟や親子で通院している方も多くいらっしゃいます。



赤ちゃんアトピー（0歳～2歳）

一般的に、2歳以下の赤ちゃんではアトピー性皮膚炎の確定診断は難しいと言われています。大きくまとめて乳児湿疹と呼ばれることが多く、中にはアトピーも含め皮脂欠乏症湿疹、脂漏性湿疹、接触性皮膚炎、とびひなどが含まれます。

こんな場合は早めの受診を

生後すぐのできる湿疹は、顔や頭、首、口や耳の周囲に多く見られます。また、手足や体幹にも出ることがあります。

炎症が強い場合は、かゆみだけでなく痛みも伴うことがあります。特に赤ちゃんは言葉で訴えることができませんので、不機嫌になったり、寝付きが悪くなったり、食欲不振という形で表現することがあります。（小児の場合には集中力散漫）赤ちゃんは、おむつかぶれや、あせもなどもできやすく、脂漏性湿疹も多い時期です。

口の周りを清潔に

赤ちゃんの口周りの湿疹は、手指のしゃぶりによるヨダレの刺激のため、治りにくいことがあります。食事前に白色ワセリンなどを塗っておくと、皮膚を保護できます。食事が終わったら、口周りを清潔にしましょう。

食事はどうすればいいの？

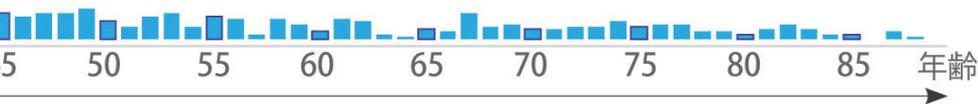
乳児の食物アレルギーの原因となるもので最も多いのは「鶏卵」で、次に「牛乳」、そして「小麦」です。すでに親がアレルギー反応で「強陽性」と出た方は、控えた方がよいと思います。

しかし当院では、陽性でも、新内服薬と合わせて、陽性の食べ物も少量ずつ摂取してもらっています。食後に湿疹が出なければ、そのまま続け、湿疹が出たらやめることで、徐々に知覚過敏を除去していきます。

体は正直ですから、身近で観察している親御さんの判断にお任せしています。治療を開始したら、注意が必要ですが、食べ物であまり神経質にならないようにしてください。

体の洗いすぎに注意

赤ちゃんの皮膚はデリケートです。皮膚のバリアである皮脂を洗い流してしまうと皮膚が乾燥し、アトピーや湿潤性湿疹になる発症するリスクが高まります。赤ちゃんの汗などはぬるま湯だけでも十分に落とすことができます。まず石鹸の使いすぎに注意しましょう。皮膚が乾燥している場合は保湿を心がけてください。



小児アトピー（3歳～12歳）

小児アトピーは年齢が小さい子ほど、皮膚の新生サイクルが早いと、体質改善で、比較的早く治ります。早期に受診し、希望を持って治療を続けてください。

砂遊び、激しい運動は一旦やめて

治療開始から1ヶ月間は、皮膚がよい方向に変わろうとする大切な時期です。掻き傷からバイ菌が入る砂遊びや泥遊び、汗を大量にかく激しい運動はやめてください。治療効果確認の後、運動再開の目安の日は医師とご相談ください。

ぜん息との関連

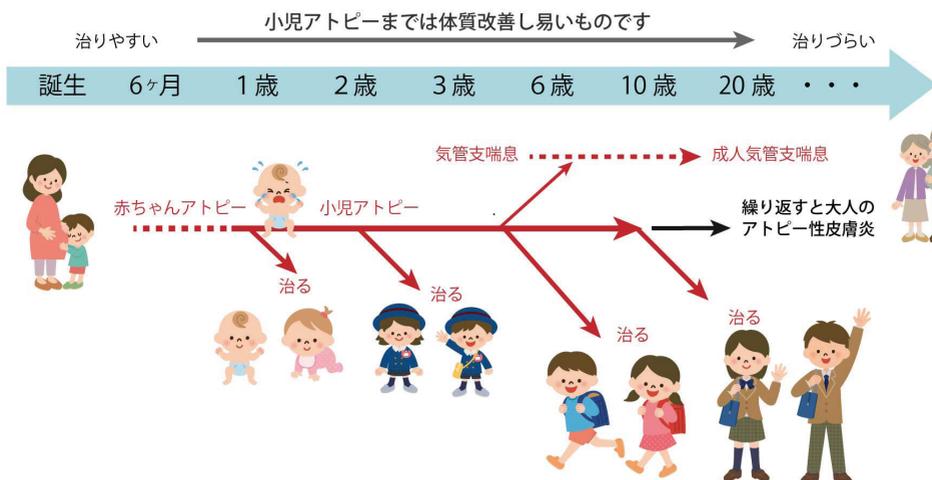
免疫の過剰反応がぜん息のきっかけとなるため、風邪を繰り返す人やアトピー性皮膚炎の子供は、喘息になりやすいと言われています。

風邪にかかったら、早めに治療を開始して、長引かないように治しましょう。

アレルギーマーチをなくそう

アトピー性皮膚炎では、毎年特定の季節に発症を繰り返すことがあります。

もし、成長するにつれて発生する頻度や範囲が増えてくると、アレルギーマーチと呼ばれる現象が生じ、年々悪化していく状態になります。それを断ち切ることが大切です。



大人のアトピー（13歳以上）

大人のアトピー性皮膚炎は、子供の頃から繰り返し再発し、合併症を併発して慢性化しているケースが多いものです。重症度により治療期間が長くなりますので、長期治療を前提にしてください。

お薬は、小児アトピーと同様ですが、体重や年齢に合わせて調整し、必要に応じて抗生剤や抗真菌剤を追加します。成人の方がきれいな肌を取り戻すためには、根気よく体質改善の内服薬治療をつづけることが必要です。

当院での治療中は、生活習慣、スキンケアの見直しも行います。誤った民間療法や、誤ったスキンケアによる悪化も見られます。十分な睡眠、バランスの良い栄養、生活環境の変化やストレスへの対策も重要です。

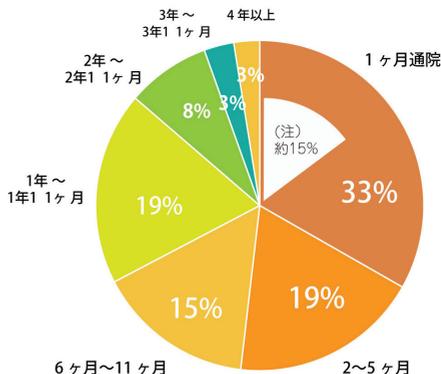
新内服薬を開始すると、徐々にかゆみも軽減し、睡眠の質も向上し、生活の質が改善されていきます。

学生の方へ

授業中などに新内服薬で眠気を生じることがあります。無理をせず、適度な運動をして、夜よく眠れるようにしましょう。難しい場合には医師に相談してください。

運転される方へ

新内服薬で運転中に眠気が生じることがあります。そのため、自動車の運転は控えましょう。



大人の通院期間

(注) 白色の部分、約15%はアトピーではなく、一般的な湿疹、疥癬などの疾患です

スキンケア商品、保湿剤、染毛剤

スキンケア商品、保湿剤、染毛剤は自分の肌に合うもの、つまり使用感の良いものを選びましょう。

赤みや、痒み、湿疹が出たら使用を中止してください。

また、治療中の炎症を伴う湿疹には市販のスキンケア剤は使用しないでください。

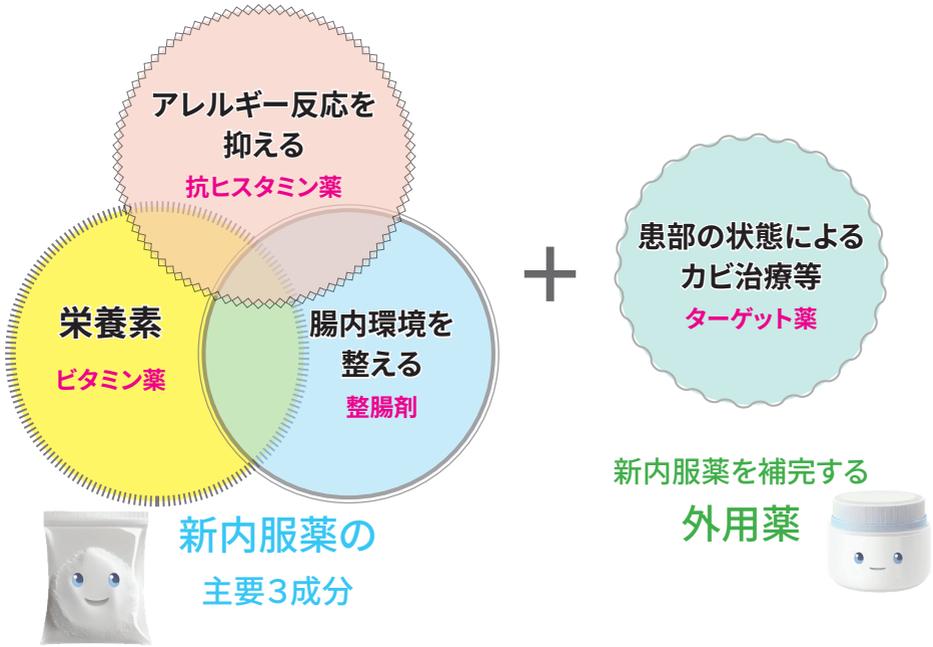
妊婦の方へ

当院の内服薬治療は妊娠中には提供できません。妊娠を予定されている方、妊娠中の方は医師に申し出てください。

りつの式ってどんなお薬？

りつの式の新内服薬・外用薬は、大学病院の小児科医だった先代が残した湿疹の処方と、新しく研究してきた成分を配合したものです。

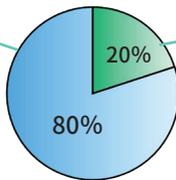
りつの式新内服薬の主な成分は、抗ヒスタミン薬、ビタミン剤、補酵素成分である乳酸菌です。そして、軟膏のターゲット薬を加えることで、アトピー治療の新しいスタンダードを築くことに成功しました。



※新内服薬は日本小児科の薬方に準じて処方しています。新内服薬に副腎皮質ホルモン(ステロイド)は使用していません。
※薬は特許性があり詳細は未公開です。

※外用薬は病状、部位に応じて選定します。中度、重度の場合には副腎皮質ホルモンを使用する場合があります。

■新内服薬はステロイド未使用で、健康保険適用薬をブレンドしています。漢方や未承認のお薬は含まれていません。



複雑な
アトピー性皮膚炎
治療効果の割合

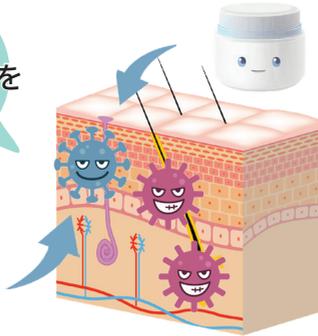
■外用薬は炎症を抑え、新内服薬の治療効果を高めます。

免疫抑制剤: 近年、認可されたアトピー治療の「リンゴオック錠」「コレクチム軟膏」などが話題になっています。しかし、当院では使用していません。

新内服薬の3ステップで体質改善

中症、重症のアトピー患者様へは、新内服薬の3つのステップで体質改善をします。

Step1
痒みと炎症を抑える



Step1で表皮の荒れを整えます。かゆみと炎症を抑える新内服薬として、抗ヒスタミン薬Aを使用します。眠気が生じることがあります。中症、重症の場合は、症状や年齢に関係なく、表層の皮膚を浸透させるためステロイド軟膏を処方します。

Step2
炎症が収まると新内服薬が効く



炎症が治まったら、Step2です。新内服薬の抗ヒスタミン薬がより効果を発揮します。表皮の状態を確認して、ターゲット薬を調整します。

Step3
綺麗になったら新内服薬切替え



皮膚が綺麗になったら、Step3です。新内服薬を眠気が少ない抗ヒスタミン薬Bに切り替えます。

抗ヒスタミン薬:ヒスタミンは、アレルギー反応を引き起こす神経伝達物質のひとつです。アレルギー反応によって引き起こされる諸症状を抑えるのが、抗ヒスタミン薬です。

キズとカビで部位別の軟膏

りつの式外用薬の軟膏は、キズやカビの症状と、皮膚の特性とを合わせて、6種類に分けて処方しています。

軟膏は、種類、塗る部位、分量、塗り方、1日の回数を理解してから使用してください。

軟膏の蓋には、「キズ」「カビ」、そして「顔」「手足」「体」と書かれています。それぞれ対応した部位に塗布します。

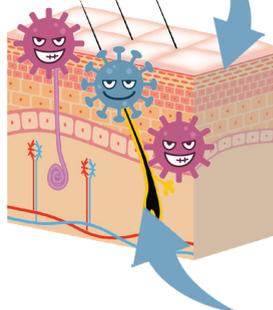
●キズ

傷、湿疹、赤みのある患部



○カビ

ガサガサ、黒変、白く色が抜けている患部



皮膚に炎症がある場合、新内服薬の効果は20%しか発揮できません。新内服薬に軟膏を併用すると60~70%に引き上げます。



容量 180g/月

重症での、キズとカビ軟膏の1ヶ月の最大使用量は3個、180gです。

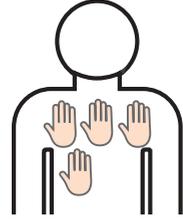
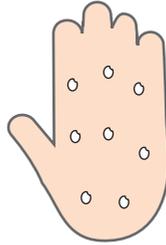
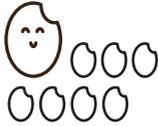
中症以下の場合は、月に0~120gとなります。

使用は1ヶ月で終る場合もあります。

軟膏の塗り方

分量 米粒8粒

大人の手サイズの患部面積に、米粒8～10粒分を使います。

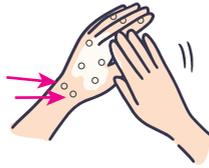


※米粒8～10粒分は量の目安です。

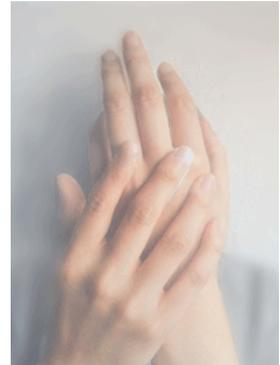
な 撫でてすりこむ

軟膏は患部に10秒以上、撫でてすり込むように塗ります。

薄く膜を張るようなイメージで、患部全体に馴染ませます。



手には手首にも2ヶ所



1日4回



朝
1回目



昼
2回目



寝る前
4回目



夕方
お風呂の後
3回目

1日4回塗るのが基本です。ほぼ同じ時間間隔にします。学生や仕事をしている人は更衣室や、トイレで衣服に隠れている部分を塗ってください。

※1日3回では効果が低減します。軟膏の塗り方を守って、4回塗ることで、効果を20～30%引き上げます。

手洗い後は追加

手洗い後は、水分で軟膏薬が剥がれるため、その都度患部に軟膏を追加して塗ります。

診断 → ● キズ(湿疹) > カビ



痒いところに塗る

キズ(湿疹)がカビより悪化していると診断された場合は、痒いところだけに塗布します。



範囲

傷、湿疹と診断された場合は、全ての赤くなった患部全体ではなく、病変部の痒い範囲、右のイラストの赤い部分だけに塗布します。



傷、湿疹、赤みのある患部に塗る

キズの表面からジクジクと浸出液が出て、部位にバンドエイドやガーゼなどの傷パッチを貼る場合は、最低1日4回、傷パッチを剥がして、傷軟膏を塗り直します。その後、再度新しい傷パッチを貼ります。

診断 → ● とびひ



見逃さずに塗る

「とびひ」と診断された部位は、全て見逃さず塗布します。さらに、傷が治っても、赤みがなくなるまでルリクール軟膏を塗り続けます。重症の場合には、抗生薬を処方することもあります。



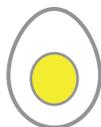
範囲

全身の病変部を、見逃さないように、赤い患部から薄い色の患部まで、全てに塗ります。細菌が繁殖して、他の場所の皮膚に「飛び火」しないように、注意深く塗ります。



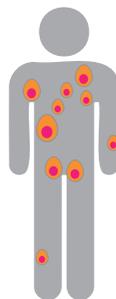
全ての患部に塗る

診断 → ○カビ>キズ(湿疹)



タマゴ塗りの法則

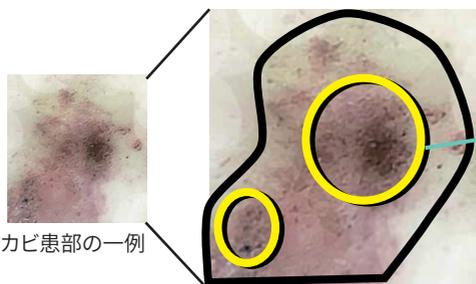
カビがキズ(湿疹)より慢性化していると診断された場合は、赤くなくかゆみのない、ザラザラした部分に塗ります。これをタマゴに例えると、黄身だけに塗布することになります。



ガサガサ、黒変、白く色が抜けている患部の中心に塗る

範囲

卵の黄身のような患部の中心だけに塗ります。タマゴの中心は重篤病変部であり、この部分の治療を優先します。下図がこの重篤病変部が散在する患部の中心部の一例です。



カビ患部の一例

中央と左下が卵の黄身
外側が卵の白身



医師が指導した患部の中心です

全身にカビがある患者様へ

深部のカビを完治するまでには、長い人で1年以上かかります。カビは再発することがあります。カビ軟膏をしっかり続けることで、再発を防ぐことができます。

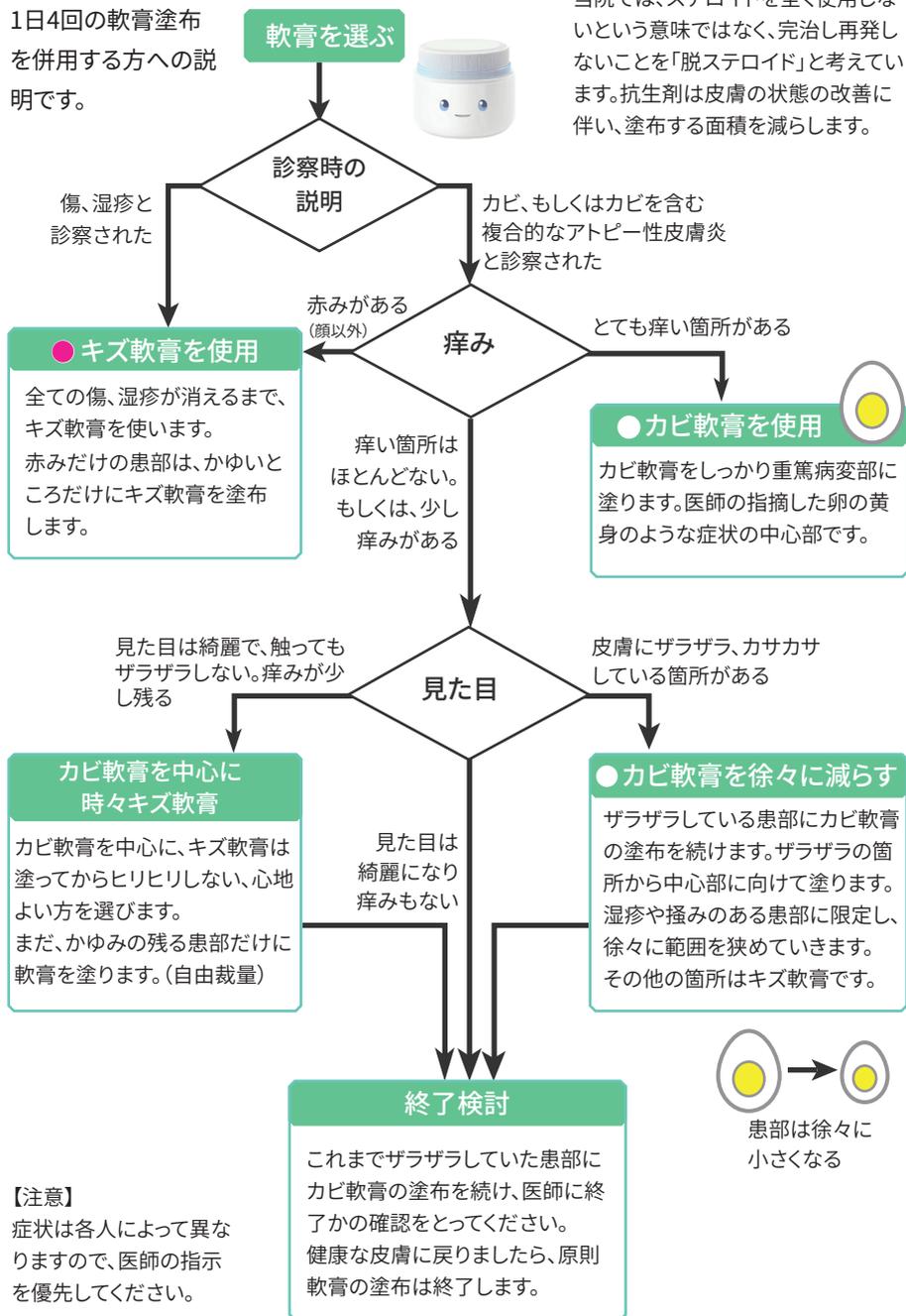
ザラザラ、カサカサがなくなり見た目がきれいになり、新内服薬の中止を希望する際は、医師にご相談ください。

※ 带状疱疹と疑われる患者様はすぐ受診してください。带状疱疹は、早期に治療することで、発疹や痛みの症状を軽減できます。水痘・带状疱疹ウイルスによる感染症です。

軟膏を選ぶ

1日4回の軟膏塗布を併用する方への説明です。

当院では、ステロイドを全く使用しないという意味ではなく、完治し再発しないことを「脱ステロイド」と考えています。抗生剤は皮膚の状態の改善に伴い、塗布する面積を減らします。



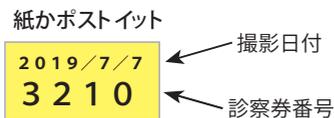
【注意】
 症状は各人によって異なりますので、医師の指示を優先してください。

診察用写真の撮り方

アトピー性皮膚炎の診察は完全予約制で、事前に写真を送付する必要があります。

右に示された部位には、日付と診察券番号を記載した紙かポストイットを貼り、撮影します。初診の際には日付のみを記載し、患部以外の部分も全て撮影してください。

(来院時に撮影する場合があります)



写真は拡大して確認します

撮った写真は患部を拡大して鮮明に写っているか一枚づつ確認してください。手振れでピントが合っていないと診察ができなくなります。

夜間の撮影ではフラッシュモードを使用してください。電灯色で肌の色が変色することを避けるためです。

女性の乳首は見えないように

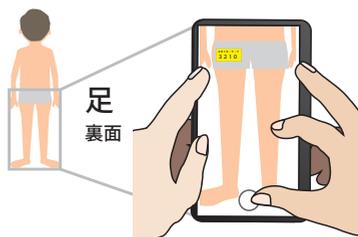
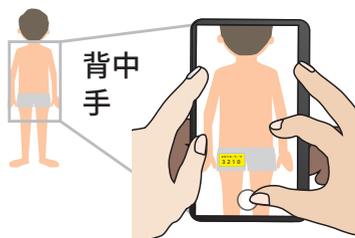
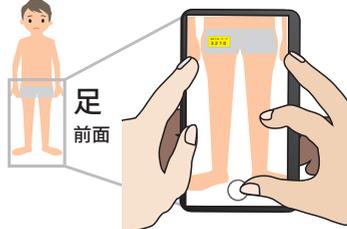
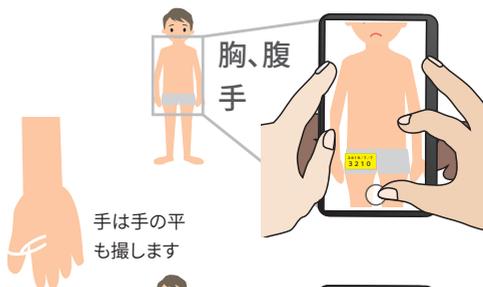
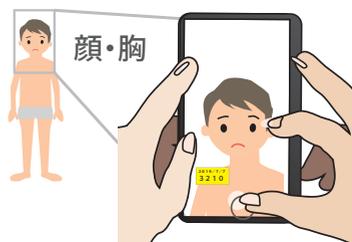
胸の乳首にはバンドエイドやテープを貼ってから撮影します。(画像加工でもOK)

一人で撮影する方法

一人暮らしの方は、大型の鏡を使って、鏡に写った姿を撮影してください。

赤ちゃんの場合

赤ちゃんの撮影が難しい時は、寝ている時に撮影してください。



皮脂を大切に、石鹸禁止

皮膚の抵抗力を高める皮脂のバリアを保つため、アトピー性皮膚炎の治療中は石鹸の使用を禁止しています。

皮膚のバリアについて

アトピーの原因の一つは、皮膚のバリアが弱い状態にあることです。そのとき、皮膚がアレルゲンと接触すると、アレルギー反応が起こります。

皮膚のバリアが弱い状態というのは、主に乾燥があげられます。

さらに、皮膚の脂分である「皮脂」が不足していると皮膚が外的刺激に負けてしまいます。

ですから、皮脂を石鹸等で洗い流し過ぎることは、皮膚が痛められ、細菌が増殖しやすくなります。

弱ったアトピーの皮膚においては、傷やかき傷などから感染し、時間がたつと菌が増加し、炎症、膿痂疹、とびひ等の原因となります。

また、皮膚の常在菌さいきんそうや腸内の細菌叢は、皮膚や腸壁のバリアの一役を担っています。これらのよい菌を最適な状態に保つことも大切です。腸内フローラとも呼ばれています。

皮膚の洗い方

アトピー性皮膚炎の方は患部やその周辺を洗う際、ぬるま湯で汗や汚れを洗い流すのみにして下さい。



消毒もしません

消毒は悪性の菌だけでなく常在菌まで殺します。かぶれたり、皮膚を痛める弊害も大きいものです。

石鹸と同様に消毒も控えてください。



日本人はきれい好きですが、外国に比べてアトピーが多いのも事実です。毎日石けんで洗うと、バリアが弱い状態になっています。

きれいにし過ぎることはアトピー発症予防の観点からはお勧めできません。

やさしいお風呂の入り方

アトピー性皮膚炎の患部の汚れは、5分間お風呂に浸かるだけで、ほぼ落とすことができます。

体は石鹸で洗わず、手で優しくなぞってください。

お風呂は熱くしないで

お風呂の温度は38～40℃がおすすめです。42℃以上では、かゆみの原因になることがあります。

入浴剤は控えて

入浴剤は刺激が強いので原則として使用を控えてください。

もし使う場合は、無添加の炭酸泉がおすすめです。バブでは無着色・無香料のクリアタイプ。お塩やエプソムソルトという天然素材でも体が温まります。湿疹の様子などを見ながら使用してください。

お風呂で体をゴシゴシ洗わない

石鹸で洗わなくても大丈夫です。

皮膚炎の患部をタオルで洗うことで傷を広げたり、治りかけていた傷の表面がはがれ落ちて、治りを遅くさせてしまうことがあります。特に、合成繊維のタオル・スポンジやゴワゴワしたものは擦ると、すぐに皮膚が傷つきます。

匂いが出る陰部、足の裏、ワキの下は例外で、石鹸を使っても大丈夫です。そのときは、10秒以内に洗い落としてください。



髪の毛は洗って構いません

頭部は例外です。シャンプーを泡立つ程度に薄めて洗ってください。赤ちゃん用シャンプーや体質に合うものを選んで、頭のかゆみが軽減できるものが望ましいものです。

シャンプーの使用後は36～38℃のぬるま湯で丁寧に流してください。

入浴後と、保湿と軟膏

お風呂に入ったあとに浮いた老廃物や汚れは、バスタブの中に自然に落ちたものです。気にする必要はありません。

入浴後は、清潔なタオルやバスタオルで押さえるように水分を拭き取ります。乾燥しやすい時期は、すぐに保湿することも大切です。その後に軟膏を塗ります。

換気してください

家族がお風呂を使った後は、窓を開けて風通しをよくし、カビの発生を防ぎます。

※トイレや洗面所も換気しましょう。

身体の注意



治療初期は汗を控える

治療の初期だけは汗を出さないようにするか、控えめにすることが推奨されます。ただし、健康なときに汗をかくことは良いことです。

爪を清潔に

爪はこまめに切り、爪の裏を清潔にしましょう。特に、子供の爪は早く伸び、爪と皮膚の間には細菌が溜まりやすくなります。

赤ちゃんの爪は薄くて傷つきやすいので、週に2~3回は爪切りをしましょう。アトピーではかゆみが出て、爪で皮膚をかくと皮膚の状態が悪くなります。

手洗い

手洗いは、洗剤を使わず水洗いのみです。手洗い後は手を拭きましょう。その後で軟膏を塗ります。軟膏は、1日4回が基本ですが、手は水洗い回数に合わせて塗布回数を増やします。

強く反応する食べ物は避ける

体に強く反応する食べ物はだけは避けてください。ただし、弱い反応は気にしすぎないでください。

傷のある耳のケア

昼間は、耳の傷が裂けないよう引っ張らないようにしましょう。

寝るときは、耳の裂けた傷の耳に軽くテープを貼り、耳が反転しないように固定させます。7~10日で傷は回復します。

衣類を清潔に

下着は汗の吸い取りやすいものにします。アレルギー源になりやすい化学繊維は避けましょう。洗濯機のカビ取りも、専用クリーナーで定期的に行います。

ただし、除菌や殺菌など過度の清潔は必要ないと考えています。洗剤を自然由来のものにしたり、洗濯すぎを一回余分に行うのも効果的です。

ゴム手袋の使用は最長5分

食器洗いや、手が荒れる仕事でゴム手袋を使う場合、使用時間は最長5分に留めます。これはゴム手袋内で発生する患部に悪い汗を防ぐためです。

5分で作業が終わらない場合、一旦ゴム手袋を外します。手を乾かしてから、新しい乾いたゴム手袋を使います。

その際でも合計15分以内で仕事を終わらせてください。

室内の対策

室内で環境を悪化させる要因は、アレルギー源です。カビ、ダニ、ハウスダストなどがよく知られています。

その中でもアレルギーになりやすいのは、目に見えないほど小さなダニです。ダニの発生ピークは7月から9月で、アトピーが悪化する時期と重なります。ダニの死骸もアレルギー原になります。

ペット

犬、猫、小鳥は、できるだけ接触しないように、別の部屋で飼ってください。ペットも皮膚がフケのようにはがれ落ちます。ペットの皮膚病が人に伝染することもあります。

布団

天日干しや布団乾燥機で乾燥させます。干した後は、掃除機をかけて表面のダニや死骸を取り除きましょう。

カーテン

ホコリが溜まり易いので、ドレープカーテンだと年に1~2回、レースカーテンは年2~3回洗いましょう。

ぬいぐるみ

不要なぬいぐるみは処分してください。買う時は丸洗いできるものを選び、季節ごとに洗濯をします。

じゅうたん

できるだけ、じゅうたんは使わないほうがよいです。使用する場合は、掃除機を丁寧にかけましょう。

布製ソファ

古い布製ソファや古いクッションには、ダニが大量に生息しています。できるだけ、合成皮革や本革のソファを選びましょう。

エアコン

カビ、ホコリを舞い上がらせないように、こまめにフィルターを掃除します。

植物

家の中に鉢植えなどの植物をたくさん置くと、カビが発生しやすくなります。観葉植物の数は適度に調整しましょう。

窓の結露

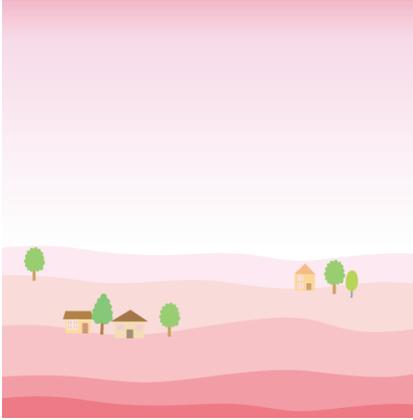
冬の間、窓に結露が発生したら、こまめに拭き取ります。カビ対策は、換気を十分行うことが基本です。

加湿器

加湿器は、カビの原因になりやすいため、使用を控えましょう。



夏の注意点



汗が出る夏は、アトピー性皮膚炎が悪化しやすく注意が必要です。

アトピーの子どもでも、普通の子どもと同じように元気に遊ばせてあげてください。スキンケアをしっかりして、生活の中で少しでも注意をすることで、アトピーの悪化を防ぐことができます。

日焼けは避けましょう

長時間の強い紫外線によってアトピーが悪化することがあります。

屋外活動では、帽子をかぶったり、長袖の服を着たりして、肌を守りましょう。

日焼け止めは、お勧めしません。もし使用する時には、少量を腕の内側などでパッチテストを行ってください。赤みや痒みなどの異常がなければ使用できます。帰宅後は必ず洗い流してください。

プールは控えてね

アトピーの子供にとって、プールの塩素は皮膚に刺激を与え、乾燥させてしまいます。そのため、治るまでは控えましょう。軽い症状で医師の許可が出た方がプールに入る場合は、プールが終わったら、患部にアトピーの塗り薬を塗ってください。

海水浴も我慢して

アトピーの子どもにとって、海水も皮膚に刺激を与え、乾燥させてしまいます。軽い症状で海水に入る場合は、海水がついたまま肌を乾燥させると、アトピー性皮膚炎で弱った肌の皮膚バリアを壊すことがあります。そのため、海から上がるたびに、真水で洗い流しましょう。あらかじめ大型ペットボトルを準備しておくと簡単です。海水浴が終わったら、患部にアトピーの塗り薬を塗ります。

虫除けスプレーは要注意

アトピーの方には虫除けスプレーでアレルギーを起こす人もいます。そのため、山へ行く場合は、長袖、長ズボンを着用するのがおすすめです。

どうしても必要なキャンプでは、虫除けスプレーでかぶれることがないか、皮膚に少し付けて、赤くならないか確認してから使いましょう。

春・秋の注意点

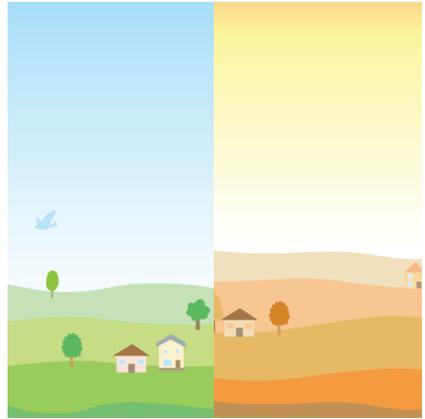
春と秋の花粉症の季節には、アトピー性皮膚炎が花粉症との合併症として悪化することがあります。

花粉を避ける

春はスギ花粉、秋はブタクサなどの草花粉が飛散します。これらの花粉は、皮膚に触れると、アトピー性皮膚炎と同様に炎症を引き起こす可能性があります。そのため、マスクや屋内の空気清浄機などで、花粉を避けることが大切です。花粉の時期に悪化する場合は先生に相談してください。

季節の変わり目に注意

春と秋の季節の変わり目は、肌の状態が変化しやすい時期です。そのため、肌の状態をよく観察し、スキンケアを見直すことが大切です。カビと傷が再燃することがよくあります。



※当院の新内服薬は、呼吸器系の疾患に幅広く効果があります。アレルギー性鼻炎のくしゃみ、鼻水、鼻づまりを抑えるため、花粉症の方に処方しています。目のかゆみや充血も抑えることができます。

新内服薬を服用することで、風邪の予防にも効果が期待できます。

冬の注意点

冬は乾燥対策の季節です。

乾燥対策を徹底

冬は、空気が乾燥して肌の水分が奪われやすくなります。そのため、保湿剤をしっかり使い、肌の乾燥を防ぐことが大切です。

冷えを防ぐ

体の冷えは、血液の流れを悪くし、肌の乾燥を引き起こす原因となります。冷えを防ぐためには、室内を暖かくしたり、厚着をしたりするようにしましょう。



治療への歩み

りつの式治療への歩みをご紹介します。
広告はしていませんが、最近は口コミか
らの評判でたくさんの方々に受診してい
ただいています。

先代は小児科で湿疹の研究

立之の父は福岡県、久留米大学病院の
小児科で、徳島大学の荒川皮膚科教授
の弟子として湿疹の研究をしていまし
た。

そして、大学を引退後、相模原市で開院
しました。りつの式アトピー治療は、先代
の湿疹処方に基づいています。

東北大学医学部から外科医へ

台湾生まれの立之は、東北大学医学部
を卒業後、東北や大阪の病院で外科医
として勤めました。

外科から総合医へ

その後、立之は先代の医院を継ぎ、法人
化して「りつのクリニック」を開院。
地域医療の拠点として、内科、外科、小児
科など広い範囲をカバーしています。

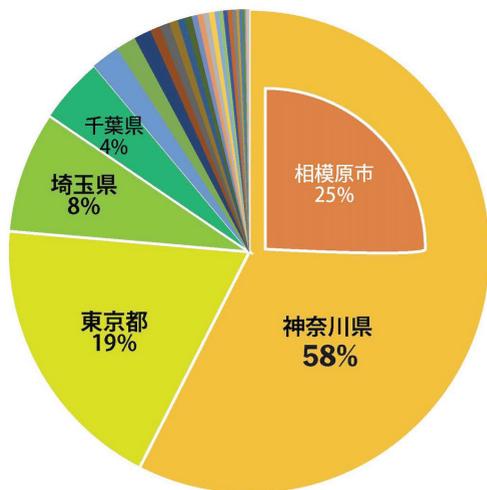
アトピー性皮膚炎を研究する

皮膚は外科で最初にメスを入れる部位
であり、立之が興味のあるテーマでした。
そして、アトピー性皮膚炎の先端医療を
研究することで、りつの式治療法の優位
性が明らかになりました。

ハワイのプログー来院

テレビにママモデルとして出演している
ハワイのミエさんが、相模原市の実家に
帰省したときに来院しました。
息子さんの小児アトピーが治ったブログ
紹介をきっかけに、東京、神奈川全域か
らの来院者が急増しました。

患者様の都道府県
遠方からのお越しに感謝です



オンライン診察の開始

コロナの2年前にオンライン診察を導入
しました。さらに、コロナ禍でオンライン
治療が一般的になりました。

海外からも来院しています

今では全国から患者さんが来院し、海
外からのオンライン診察にも対応して
います。

アトピーを再発させない

アトピー性皮膚炎の治療が終わっても、中症や重症だった皮膚は、風邪やアレルゲン、ストレスなどに弱くなっています。

体質改善後でも肌に違和感があれば、皮膚が弱っており危ない状態です。しかし、皮膚の違和感に早めに対処すれば、再発を防ぐことができます。

治療の終了は医師にご相談

もし、りつ^{りつ}の式の薬を何らかの理由で中断したい場合には、先生と話し合い、治療の終了を検討することをお勧めします。肌が綺麗になり、独自の判断で治療を止めた場合の再発時には、細菌が増えており治療が長引くことがあります。

再発させないことが大切

医師は、アトピー治療の終了を「寛解^{かんかい}」と呼んでいます。これは、皮膚の外見は治まったように見えても、真皮にカビ菌が潜んでいて再発することがあるためです。

体質改善の治療を終えても、まれに翌年や翌々年に再発する患者さんがいます。しかし、早めに対処すればカゼのように再発を防ぐことができます。

遠方の方はオンライン検診

遠方の方は、オンラインでアトピー検診を受けることができます。通常の再診に、健康診断や人間ドックの血液データを添えて予約してください。

違和感のセルフチェック

皮膚の荒れは、早期発見・早期治療が大切です。以下の3点にご注意ください。

- ・肌にザラザラした場所ができた
- ・体をかく（表面はきれいなのに）
- ・一時的なアセモや湿疹が治らない

再発した湿疹は、早めに医師にご相談ください。また、皮膚の状態に違和感を感じたら、お気軽にご来院ください。

お子様の皮膚は、お母様がよくチェックしましょう。

そして、豊かな日々へ

私たちは皆、病気を治す力を持っています。再発を防ぐ体質改善の新薬の処方により、素晴らしい人生を送ることが可能です。

笑顔での診察を通じて、お会いできることを心から楽しみにしています。



内なる力を発揮する

りつの式アトピー治療の人気の高まるにつれ、中症、重症の患者が増えてきました。しかし、治りづらい場合もよくあります。このような時には、患者様自身の内なる力を発揮できるりつの式の方法と一緒に考えます。

特に、大人のアトピー性皮膚炎が問題です。子供の頃に発症し、長期化した皮膚の患者様は、体質改善治療で一年以上、継続的な治療が必要なこともあります。それでも、続けて来院して下さる方の皮膚は、日々元気になってきます。

薬の処方ほドキドキ

医師の喜びは患者様の笑顔です。そのため、「すべて疲れた方は、私のところにお越しください」という言葉を目標にし、アトピーに悩む方々に薬を処方して貢献していきたいものです。患者様には、まず「りつの式を試してみてください」と治療方法を説明し、治らないアトピーを、治るアトピーに変えていくことを目指しています。



恵み豊かな家庭に

若い頃は自己中心的で生き、不満も多く、多忙でした。

その頃、妻は4人の子供を連れてキリスト教の教会へ通っていました。私はそのキリストへの祈りによって信仰に導かれました。

アトピーの薬開発ができるのも、御言葉によることが大いにあります。

キリストに生きる

クリスチャンでいることは力になります。悩みは日々ありますが、イエス様は難しい試練から成長させてくださいます。

「神様はあなたがたを耐えられないような試練に遭わせることはなさらない」
(聖書 第一コリント人への手紙)

主の力に生きる

神様は主イエス様を通して、人の可能性を最大限発揮させる力を与えてくれます。その力で、アトピーの治療方法も確立できました。

「わたしの手は彼を固く支え わたしの腕は彼に勇気を与えるであろう」
(聖書 詩編)

※ストレスを軽減する方法は人それぞれです。アトピー性皮膚炎での痒み、痛み、皮膚の荒れに関するストレスは、りつの式をお試ください。治療開始後、10日ほどで、希望の光が見えてくるでしょう。

りつのクリニック医師

りつのクリニック院長 立之英正

東北大学医学部卒業

1976年 会津若松 竹田総合病院外科

1981年 大阪喜馬病院(外科・内科)

1985年 医療法人社団りつのクリニック開業(旧名称)

オンラインアトピー診察医

「豊富な経験と知識で、内科・外科、小児から成人まで幅広く対応します。独自の内服薬治療で、アトピーの治療に新しい道を開きます」



医師 立之侑子

産婦人科専門医

元順天堂大学産婦人科

オンラインアトピー診察医

「非常勤医として、患者様に寄り添う丁寧な診察を心がけています」



りつのクリニック

医師 小松美佳

元聖路加国際病院医師

内科認定医

オンラインアトピー診察医

「4人の子育てをしながら、非常勤として診療しています。お問合わせには、私がお答えしています」

当院は、医療を通じて「キリストの愛」を実践します。
親切、忍耐、知恵をもって、患者様一人ひとりに寄り添い、
円滑かつ思いやりを持って業務を遂行することを大切にしています。
地域や社会から信頼される病院としての運営に努めます。

普通の暮らしで、笑顔の先がみえる

アトピー性皮膚炎とは

アトピー性皮膚炎は、アレルギー性疾患の一種で、皮膚の炎症を伴う病気です。アレルギーを起こしやすい体質や、皮膚が弱い人に多く見られます。アトピー性皮膚炎にかかる小児の90%は、皮膚のバリア機能が低下しており、他の感染症を併発しやすい傾向があります。皮膚科の標準治療では、外用の塗り薬が中心となっています。



りつの式新治療は 新内服薬で体質改善

りつの式アトピー治療は、ステロイドを含まない新内服薬による体質改善を特徴としています。皮膚の正常化を目指しアトピーの根本原因にアプローチします。初診時の新内服薬の効果は70%、外用薬である軟膏の効果は30%です。治療の後半になると、新内服薬の効果は80%以上に増幅し、体質改善による治癒効果が期待できます。小児への効果は、大人よりもさらに高い傾向があります。

オンライン診察対応

医療法人社団仁 りつのクリニック

〒252-0155 神奈川県相模原市緑区鳥屋1162-1

TEL: 042-785-0055 <https://www.ritsuno.com/>

