

にきびの治療

のもと皮膚科クリニック 野本 重敏

(2004年2月10日放送)

Q にきびの治療の基本は？

A にきびの成因として、毛穴の中でアブラの分泌が多くなるということ、毛穴が塞がることによってアブラがたまってしまうこと、アクネ菌という細菌が増えて炎症を起こしてしまうこと、この3つの要素があると考えられています。その3つを抑えることが治療の基本となります。

Q アクネ菌を抑えるには？

A アクネ菌の増殖を抑えるためには、抗生物質を服用し、抗菌薬の入っている外用剤を塗っていただくのがよいでしょう。塞がっている毛穴を開かせるためには、角質を溶かす作用のある、イオウの入った外用剤などが古くから使われています。角質を剥離させるという目的で、最近ではケミカルピーリングという治療が、にきびに対して盛んに行われるようになってきています。

Q ケミカルピーリングとは？

A ケミカルピーリングというのは、フルーツ酸と呼ばれる酸を塗ることによって、皮膚の角質を薄く除去する治療です。フルーツ酸というのは、グリコール酸や乳酸などを指します。毛穴を塞いでいる角質を除去しますので、毛穴を開かせて、その内容物を外に出すことによって、にきびが良くなるというわけです。角質を剥離することによって、皮膚の新陳代謝が高まりますので、しみやくすみにもある程度の効果があります。皮膚に酸を塗るわけですから、多少の痛みはありますが、麻酔が必要なほどではありません。1回の治療時間は1時間くらいですが、そのあとすぐにお化粧品もできます。これを2～3週間に1回繰り返すこととなります。すべての方に有効というわけではありませんが、治療の一つの選択肢になると思います。健康保険の適応がないのが欠点です。

Q 皮脂はコントロールできないのでしょうか？

A ビタミンBの内服が皮脂の分泌を抑えるといわれていますが、その効果は弱いと思われます。皮脂の分泌には男性ホルモンが関係していますので、男性ホルモンを抑える治療をすると、にきびもよくなることがあります。一般にホルモン療法といって、欧米では盛んに行われている治療ですが、副作用もありますので、日本ではまだ一般的ではありません。ホルモン療法は月経異常などの副作用に注意しながら行う必要があります。そのほか、漢方薬、レーザー、光線療法など、いろいろな治療がありますが、裏を返せば決め手になる治療がないともいえます。

Q にきびで悩んでいる方へアドバイスを。

A にきびを簡単に治す治療法というのはまだありませんので、まずはにきびを悪くする生活習慣を見直していくことから始めていただいて、そして正しいスキンケアをしっかりとやりながら、薬による治療を根気よく続けていただきたいと思います。