

トレチノイン療法を受けられる方へ

トレチノイン療法とは、ビタミンAの誘導体であるトレチノインと、皮膚の漂白剤といわれるハイドロキノンを組み合わせて、しみ、にきび、小じわ、ケロイド、肌質の改善などを行う治療法です。

2～4週ごとに診察を受けながら、自宅で医師の指示通りに外用治療を行っていただきます。治療の反応をみながら、外用方法を変更することがあります。

トレチノインクリームについて

トレチノインの作用により表皮のターンオーバーが速まるため、トレチノインクリームの外用開始数日後より薄皮がむけたり皮膚が赤くなる反応がみられます。これはトレチノインがあなたの体質に合わないということではなく、トレチノインによる正常な反応です。そのまま外用を継続しますと反応はしだいにおさまっていきます。これを「トレチノインの耐性が生じる」といいますが、完全に耐性ができてしまうと効果が現れにくくなりますので、2～3ヵ月を限度に1ヵ月以上の休薬期間を設けます。

トレチノインクリームの外用中は角質がはがれてきますので、一時的に皮膚の乾燥がひどくなり、種々の刺激に対して敏感になります。肌に合った保湿剤を使用して皮膚を保護する必要があります。

トレチノインは、内服による大量投与で胎児の催奇形性があることが知られています。米国では、外用による経皮吸収のみでは胎児への危険性はないと結論づけられていますが、トレチノイン使用中は原則として避妊をお願いします。したがって妊娠中の方は治療を受けることができません。

トレチノインはとても分解しやすく、常温ではすぐに効力を失ってしまうので、トレチノインクリームは必ず冷凍庫で保管してください。外出や旅行の際にはお持ちにならないでください。

ハイドロキノンクリームについて

トレチノインの外用により生じる色素沈着を防ぐため、ハイドロキノンの外用を同時に行います。ハイドロキノンクリームはトレチノインクリームの休薬中も外用を継続してください。

ハイドロキノンクリームは、人によってはかぶれたり、刺激反応がみられることがあります。赤みや刺激感が強い場合は使用を中止し、医師に相談してください。

トレチノイン、ハイドロキノン使用中は、紫外線により色素沈着が起こりやすくなります。強い紫外線を避けて、日中はサンスクリーン剤を使用してください。

外用剤の使用法

1. まず洗顔を行います。刺激の少ない洗顔料を用い、よく泡立ててやさしく洗顔し、洗い流す時にはシャワーをかけるか、皮膚をこすらずにパシャパシャとぬるま湯をかけてすすいでください。皮膚を強くこすらないことが大切です。
2. 化粧水を顔全体に塗布します。
3. トレチノインクリームを患部だけにベビー綿棒ではみ出さないように薄く塗布します。クリームが残っている場合には綿棒で拭き取ってください。塗布したあとは2～3分乾かしてから次のステップに進んでください。トレチノインは医師の指示どおりに1日1回（夜）または1日2回（朝、夜）塗布してください。肌が乾燥する場合には化粧水のあとに保湿クリームを顔全体に塗布してからトレチノインを塗布してもよいでしょう。
3. ハイドロキノンクリームを患部に、トレチノインクリームを塗布した部位より少し広めに塗布します。ハイドロキノンは厚塗りすると刺激反応が強くなりますのでごく少量を塗布してください。トレチノインが乾いたあとにトレチノインを塗っていない周辺部から塗り始めるとよいでしょう。ハイドロキノンも医師の指示どおりに1日1回（夜）または1日2回（朝、夜）塗布してください。
4. 手で塗布した場合は、治療後に手をよく洗ってください。

料金

初診料	3,000円
再診料	1,000円
処方料	500円

トレチノインクリーム（0.05%）	5g	4,000円	（冷凍保存）
ハイドロキノンクリーム（4%）	5g	2,500円	（冷蔵保存）