

ステロイドは大丈夫？

夏になりました。虫さされはじめブツブツの季節です。ブツブツで病院にかかると「ステロイド」の塗り薬を出されることも多いと思います。たまに「ステロイドって怖い薬なんですか？」と聞かれることがあります。今日はステロイドの塗り薬のお話し。

ステロイドは炎症（痒み、腫れ）を抑えてくれる物質です。塗り薬ではその強さから5段階に分類されており、ブツブツの部位、重症度に合わせて使い分けます。1最強 2より強い 3強い 4穏やか 5弱い。5を使うことはほとんどありません。子供に使うのは3〜4、たまに2です。皮膚は場所によって塗り薬の吸収率が違います。吸収率の高い顔やおちんちん周辺は4、体は3を使うのが通常です。

ステロイド、注意すべき副作用が2つ、皮膚の菲薄化と易感染です。菲薄化は皮膚が薄くなって血管が浮き上がってみえる現象で、顔、肘などに強めのステロイドを長期に使用すると見られることがあります。個人差がありますが、3群を30-50g/月程度までなら問題ないと言われています。症状が出ても、使用中止で改善します。

ステロイドは免疫作用を抑えますので、感染には弱くなります。ニキビ（アクネ菌）、ヘルペスなどの感染症の部位にステロイドを塗ると症状が悪化する恐れがあります。ステロイドはしっかりと診断して貰ってから使用しましょう。

長期に使うと効果が減弱する、皮膚に蓄積する、副腎が抑制され骨が弱くなる、は塗り薬のステロイドでは通常起こりません。これからの季節よくみられる、汗疹、虫さされは、短い期間の使用ですし、ステロイドの塗り薬の良い適応だと思います。しっかり診断して貰って、正しく使っていきましょう。