

搔痒感

定義

搔痒（かゆみ）とは、皮膚を掻いたりこすったりしたくなるような不快な皮膚の感覚を言う。

原因

1. 皮膚に病変のある一次性のものと、全身疾患などに伴う二次性の原因に大別される。およそ7割の原因が一次性であると言われている。主な原因を表1に示す。
2. 搔痒を感じる機序は複雑でありまだ解明されていない部分も多いが、痛みと同様の経路で伝達されると考えられている。搔痒を誘発する因子として、ヒスタミンとセロトニンが重要である。

表1 搔痒感の原因

	主な原因
1 次性のかゆみ	皮膚に病変のあるもの
2 次性のかゆみ	全身疾患によるもの 尿毒症、薬剤性(オピオイド)、胆汁うっ滞、糖尿病、腫瘍随伴症状、HIV/AIDS (後天性免疫不全症候群)、心因性

治療

1. 原因治療が可能なものについては、治療を行う。
2. 治療自体が不可能な場合や、患者負担が大きい場合には、薬物療法やケアを組み合わせながら、少しでも満足感が得られる目標を患者と共に設定していく。
3. 搔痒感に対する薬物療法として、使用される薬剤は以下である。

薬物名	用量	効果など
抗ヒスタミン薬： ポララミン、フェ キソフェナジン、 エピナスチン塩 酸塩など	常用量で	神経伝達物質のヒスタミンの働きを抑える。 全身疾患などに伴う二次性のかゆみに対する効果 は乏しい
パロキセチン (※)	1日1回、5~10mg	選択的セロトニンの再取り込みを阻害する。 悪心などの副作用が出やすい トラマール、フェンタニルとの薬物相互作用に注意
リリカ(※)	1日1回、50~75mg	カルシウムの神経への流入を抑制する。高齢者や腎 機能低下の患者では少量から開始し、適宜用量調節 を行う
ミルタザピン (※)	1日1回、15~30mg	5-HT3 受容体を阻害し、セロトニン作用を抑える。 眠気に注意が必要

ナルフラフィン 塩酸塩 (※)	1日1回2.5 μ g を夕食後又は就寝 前に経口投与する	κ 受容体を刺激して痒みの誘導を抑制する。 肝不全、腎不全による痒みに用いることがあるが、 保険適応としては、透析患者、慢性肝疾患患者の患 者における掻痒症の改善（既存治療で効果が不十分 な場合に限る）である。
漢方薬：茵陳蒿 湯、黄連解毒湯、 牛車腎気丸など	常用量で	茵陳蒿湯：黄疸のかゆみ 黄連解毒湯：炎症の強いかゆみ 牛車腎気丸：虚証の患者に

(※) はかゆみに対する保険適応はない。

看護

1. 掻破しないように注意する。
 - 1) 掻破することで皮膚の神経の興奮が高まったり、細菌感染・炎症を招いたりしてかゆみの増悪や皮膚損傷の拡大につながる。
 - 2) 爪を短く整える、どうしてもかゆい時は軽く叩くようにする、夜間無意識に掻く恐れがある時は手袋や包帯で保護する。
2. スキンケア
 - 1) 皮膚の清潔：洗浄料は弱酸性のものを使用し、十分に泡立て、強くこすらず、洗浄料の成分が残らないように十分にすすぐ。ナイロンや麻のタオルは使用せず、綿の柔らかいタオルや手で洗うようにする。入浴やシャワー浴時の湯の温度は40℃程度に設定し、入浴剤を使用する場合は保湿成分が含まれているものを使用する。重曹はかゆみを和らげる効果がある。
 - 2) 皮膚の保護：清潔ケアの後は必ず保湿を行う。ヨモギを配合したローションもかゆみに効果があるといわれ市販されている。（表2）
3. 衣服の調整
ウールや化学繊維（レーヨン、ナイロン、ポリエステルなど）の素材は避け、木綿、ガーゼ、タオルなどの柔らかい素材のものを着用する。下着はゴムで締めつけられないよう、ゆったりしたものを選ぶ。
4. 環境の調整
急激な温度変化を避け、冷暖房による室内の乾燥に注意する。電気毛布やコタツの長時間の使用はなるべく避ける。快適な温度は24～26℃、湿度は40～60%程度である。かゆみが強い場合、局所的に冷やすことも効果がある。
5. 食事の調整
酒、コーヒー、香辛料は毛細血管を拡張させ、かゆみが強くなることがあるので多量に用いない。

表2 スキンケアに使用される薬剤

目的	用法、用量
皮膚の清潔	重曹清拭（5%） ぬるめの入浴＋入浴剤（保湿効果のあるもの） ハッカ油（適宜希釈し、清拭や入浴に用いる）
皮膚の保護	ヨモギローション（市販品）など

〈参考文献〉

- ・ 武見綾子他 (2016). 原因のはっきりしない全身性のかゆみ. 緩和ケア, 26(1), 19-23.

北播磨総合医療センター 緩和ケア委員会 2017. 2 作成
北播磨総合医療センター 緩和ケア委員会 2019. 12 改訂
北播磨総合医療センター 緩和ケア委員会 2023. 10 改訂