

疾患ナビ「あせも（汗疹）」



汗によって引き起こされる代表的な皮膚トラブルが、いわゆる「あせも」と呼ばれる汗疹（かんしん）です。乳幼児に多いと思われがちですが、猛暑が続く近年では、大人でも悩まされる人が増えています。あせもは、汗管（かんかん）を通る汗の許容量を超えた大量の汗をかくことで起こりますが、そもそも汗はどのような時に出るのでしょうか？

大正製薬株式会社〔本社：東京都豊島区 社長：上原 茂〕（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）」では、専門医によるヘルスケアアドバイスを公開しています。

7月3日に新着公開した「あせも（汗疹）」では、檜垣 祐子（ひがき・ゆうこ）先生に原因、症状、治療・対処法や予防法について詳しくお伺いしました。

◆新着情報 専門医によるヘルスケアアドバイス 疾患ナビ「あせも（汗疹）」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/631/>

<目次>

- ・あせもの原因
- ・あせもの症状
- ・あせもの治し方・治療・対処法

・あせもの予防法

あせもの症状やそのレベルは様々で、かゆみに耐えられずにかきむしってしまうと、細菌が入って治りにくくなったり、傷痕が残ってしまったりすることも。汗をかく季節が近づいてきた今こそ、あせものメカニズムや対処法・予防法を知っておきましょう。

あせものを防ぐためには汗をかき過ぎないことは大切です。

ですが、汗には体温調節など大切な役割があり、汗をかくことそのものは人間にとって必要なこと。過剰に発汗を防いだり、忌避したりするような「汗をかかない」対策をすると、体温調節がうまくできずに、熱中症などになるリスクが高まります。

これから暑くなってくると、屋内外にかかわらず、汗をかく機会も増えてきます。ある程度の汗をかくことを「当たり前なこと」「必要なこと」と捉え、汗をかくことに過敏になり過ぎず、あせもなどの皮膚トラブルを防ぐための対処をしながら、上手に汗とつき合っていきましょう。

大正健康ナビは、生活者の日常生活に寄り添い、「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、みなさまの健康の維持・増進にお役立ていただけるサイト運営を目指しております。当社は、これからも健康と美を願う生活者に納得していただける優れた医薬品・健康関連商品、情報及びサービスを、社会から支持される方法で創造・提供することにより、社会へ貢献してまいります。

【監修者プロフィール】

若松町こころとひふのクリニック院長

檜垣 祐子（ひがき・ゆうこ）先生

1982 年東京女子医科大学卒業後、同大学皮膚科に入局。84 年よりスイス・ジュネーブ大学皮膚科に留学。その後、東京女子医科大学皮膚科助教授、同附属女性生涯健康センター教授を経て、17 年より現職。医学博士。専門はアトピー性皮膚炎、皮膚科心身医学。著書に『皮膚科専門医が教える やってはいけないスキンケア』（草思社）など。

■ご参考

●大正健康ナビ

<https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、お悩みの原因、症状、対策や予防法などをご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問に専門家が分かりやすくお答えしています。