

おくすり Q&A

アトピー性皮膚炎の新しい塗り薬について教えてください

昨年10月に新しいアトピー性皮膚炎治療薬の**ブイタマー® クリーム**（タピナロフ）が発売されました。ブイタマー® クリームはアトピー性皮膚炎と尋常性乾癬に効果がある塗り薬です。

Q. アトピー性皮膚炎の治療薬にはどんな塗り薬がありますか？

A. 大きく分けると以下の3種類に分けられます。

- ・**ステロイド薬**（ロコイド®、アンテベート®、リンデロン®など）

炎症を強く抑える薬で、即効性があります。しかし、長期使用で色素沈着や皮膚が薄くなるなどの副作用が出ることがあります。

- ・**免疫調整薬**（ブイタマー®、プロトピック®、コレクチム®など）

皮膚の免疫の働きを調整して炎症を和らげます。副作用が少なく長期間使いやすい薬です。

- ・**保湿薬**（ヒルドイド®など）

皮膚の乾燥を防ぎ、バリア機能を補助します。赤ちゃんから大人まで幅広い年齢層で使われています。



Q. ブイタマー®とはどのような薬ですか？

A. ブイタマー®は、AhR調節薬と呼ばれています。T細胞という炎症を起こす免疫細胞の働きを抑えることで、かゆみや炎症の原因物質（サイトカイン）の分泌を抑えます。また、皮膚のバリア機能を改善する効果もあります。ステロイド薬のように炎症を強く抑えるのではなく、続けることで徐々に炎症を抑えて症状を改善する薬です。アトピー性皮膚炎には12歳以上で使用することができ、1日1回の使用で効果があります。

Q. ブイタマー®とステロイド薬の効果の違いは？

A. ステロイド薬は即効性があり、炎症やかゆみを短期間で抑えます。一方、ブイタマー® クリームは効果は緩やかですが皮膚への負担が少なく、長期使用に向いているので再発予防や長期管理に適しています。

Q. ブイタマー®の副作用と注意点は？

A. ブイタマー®を使用する際には以下の点に注意が必要です。

- ・毛包炎やニキビができることがあります。

・塗った直後にピリピリ感やほてり感がでることがありますが、多くの場合は数日で軽くなります。

- ・感染症のある皮膚は避けなければいけません。

ブイタマー® クリームは副作用が少なく、顔や首などデリケートな部分にも使いやすいのが特徴です。アトピー性皮膚炎の治療薬はステロイド薬以外にも年齢や症状によって様々な選択肢がありますので、医師とよく相談の上薬を選択するとよいでしょう。

執筆薬剤師 小林 祐希

わたしの 健康とくすり

第357号



今月の内容

・疾患シリーズ

・ちょっとお耳を……

・おくすり Q & A

認定栄養ケア・ステーションとは？

みかんの皮と白い筋に秘められた驚きの
健康パワー

アトピー性皮膚炎の新しい塗り薬について
教えてください

2025年10月発行

発行者 八王子薬剤センター 橋 隆二
東京都八王子市館町1097 電話 042-666-0931

協 力 八王子薬剤師会

疾患シリーズ

認定栄養ケア・ステーションとは？

認定栄養ケア・ステーションとは、地域住民の方々が、栄養ケアの支援・指導を受けることができる地域密着型の拠点として日本栄養士会から認定されている施設です。食・栄養の専門家である管理栄養士が健康で充実した生活を送れるようサポートいたします。



当栄養ケア・ステーションの主な活動

- ・訪問栄養食事指導
- ・街のクリニックでの外来栄養食事指導
- ・食ナビ訪問・食楽訪問（八王子市の介護予防事業）
- ・医療的ケア児とその家族を対象とした子ども食堂の開催



今回は、上記活動の一つである「訪問栄養食事指導」の事例をご紹介させていただきます。

【訪問栄養食事指導介入の事例】

■ 独居、男性（婚姻歴なし）、93歳、要介護1

病名：慢性心不全、高血圧、低栄養

課題：食事の自己管理が難しく、顕著な低栄養状態で年1回のペースで入退院を繰り返していました。



＜低栄養改善のために介入＞

本人の意向：最期まで自宅で生活したい

＜問題＞

食事はパックご飯やカップラーメン、菓子パンやレトルト食品、果物など、調理せずに食べられるものが中心で塩分が多い食事や、たんぱく質や野菜が不足した食事になっていました。下腿の浮腫がひどく、膝から下は包帯を巻いての生活になっており、外出は週2回のデイサービスだけになっています。

＜提案・支援＞

食品多様性を意識できるようにイラスト付きの資料を使って、購入後そのまま食べられる食品を提案しました（納豆、豆乳、ヨーグルト、ミニトマト、胡瓜、甘栗、焼き芋など）。毎日、体温や血圧、食事内容や排便状況などをノートに記録する習慣ができ、本人も支援者もモニタリングできます。

＜結果＞

体重44.3kg（BMI 20.6）から、増減を繰り返しながら、ここ半年は体重45～46kg（BMI 21）を維持され、昨年末には降圧剤が減り、血圧が110/60前後で推移しています。現在、一人で外出することはできませんが、最近は入院することなく、デイサービスや訪問診療、訪問看護、そしてヘルパーさんの支援を受けながら、ご本人が望む在宅での生活を続けられています。

当栄養ケア・ステーションでは、病気をお持ちの方でも食べる楽しみを忘れない支援を心がけています。退院後の食事に不安がある方や、食べる量が減って痩せてきてしまった等、ちょっとしたお悩みでもお気軽にご相談ください。

問い合わせ先：永生病院 認定栄養ケア・ステーション 電話 042-661-4141

ちょっとお耳を……

みかんの皮と白い筋に秘められた驚きの健康パワー

みかんは、手軽に食べられる果物として親しまれていますが、実はその中身だけでなく「皮」や「白い筋」にも、私たちの健康を支えてくれる優れた成分がたっぷり詰まっています。一見、取り除きたくなるような部分にも、実は注目すべき栄養成分が含まれているのです。ここでは、2つの栄養成分について説明していきます。



●果皮に豊富に含まれる「β-クリプトキサンチン」

β-クリプトキサンチンは、みかんなどの柑橘類の果皮に多く含まれる天然の色素成分（カロテノイド）です。この成分には、私たちの体を健康に保つためのさまざまな生理作用があることが近年の研究で明らかになっています。

・効果①【発がん抑制作用】

ある研究では、β-クリプトキサンチンが肺がん細胞の細胞周期を阻害し、その増殖を防ぐことが実験によって示されました。これはつまり、がん細胞の増殖を止める可能性を持っているということです。このことから、β-クリプトキサンチンは将来的にがん予防のための化学予防薬としての可能性が期待されています。

・効果②【骨粗しょう症の予防】

骨の中には、古い骨をこわす細胞があります。β-クリプトキサンチンは、その細胞の動きをおさえて、骨が弱くなることを防いでくれます。加齢とともに気になる骨の弱りにも、日々の食生活の中でサポートができる可能性があるのです。

●アルベドや筋に含まれる「ヘスペリジン」

アルベドとは、みかんの白い部分のことです。アルベドや筋には、「ヘスペリジン」という健康に役立つ成分が多く含まれているのです。ヘスペリジンは、私たちの体のめぐりをサポートしてくれる働きがあるとされています。

・効果①【血流の改善】

ヘスペリジンは、ビタミンCと一緒に働き、血管を構成するコラーゲンの生成を助ける役割があります。これにより、血管が丈夫になり、血液の流れがスムーズになると考えられています。

・効果②【末梢血管の透過性の調整】

末梢血管での栄養や酸素のやり取りは「透過性」と呼ばれ、このバランスが崩れると体調に悪影響が出ることがあります。ヘスペリジンは高すぎる透過性を抑えることで、血管の機能を正常に保つ作用があるとされています。