

皮膚からわかる全身の病気



診療局長
皮膚科部長

みつま てるゆき
満間 照之

- 医学博士 ●日本皮膚科学会専門医
- 日本アレルギー学会専門医
- 名古屋大学皮膚科非常勤講師・臨床准教授

みなさん、皮膚科というとどのような科と思われるでしょうか？
湿疹やアトピー性皮膚炎など皮膚に特有な疾患を診て治療する
ところと多くの方は考えられているのではないのでしょうか。皮膚
の症状で紅斑（皮膚の赤み）というものがありますが、これ1つを
とっても表のように多数の疾患が考えられます（表1）。

実は皮膚はヒトの体で最も大きな臓器です。内臓を外敵から保
護するだけでなく、接触するものの情報を体に伝達し免疫反
応などを起こす役割や、内臓の障害を知らせる役割も担ってい
ます。そのため、内臓悪性腫瘍や内科的疾患が皮膚の状態から推
察されて原疾患の診断に至ることもあります。皮膚科医にとっ
てはそれらを早期に見つけて対処することも大事な仕事となってい
ます。

皮膚からわかる悪性腫瘍

血液系悪性腫瘍は皮膚からわかることの多い疾患の1つです。血管
内にある悪性化した白血球は毛細血管から漏れ出て皮膚内で増え
たり炎症を起こしたりするため、皮膚は特有の発赤や硬さをもった

表1 紅斑を呈する疾患

●紅斑症に分類されているもの

多形滲出性紅斑
遠心性環状紅斑
遠心性丘疹状紅斑
血管神経性環状紅斑
慢性游走性紅斑
自己免疫性環状紅斑
匍行状花環状紅斑
壊死性游走紅斑
持久性隆起性紅斑
Sweet 病
ペーチェット病
結節性紅斑
Gibert ばら色靴襠疹
手掌紅斑
点状紅斑

●湿疹、皮膚炎に分類されるもの

湿疹 アトピー性皮膚炎 自家感作性皮膚炎
皮脂欠乏性湿疹 しいたけ皮膚炎

●血管炎

ANCA 関連血管炎 持久性隆起性紅斑
尋麻疹様血管炎 好酸球性多発血管炎性肉芽腫症
結節性多発動脈炎 急性苔癬状痘瘡状紅斑疹

●薬疹

●水疱症

紅斑性天疱瘡
ジューリング疱疹状皮膚炎

●炎症性角化症

乾癬（膿疱性乾癬を含む）
斑状類乾癬 滴状類乾癬
急性痘瘡状苔癬状紅斑疹

●自己免疫疾患に伴う紅斑

全身性エリテマトーデス 強皮症
限局性強皮症
皮膚筋炎 シェーグレン症候群
関節リウマチ

●代謝疾患に伴う紅斑

ポルフィリン症

●肉芽腫症

Annular elastolytic giant cell granuloma
汎発性環状肉芽腫

●腫瘍

肥満細胞症
皮膚形質細胞増多症
菌状息肉症
セザリ-症候群
皮膚 T 細胞リンパ腫
白血病等の皮膚浸潤

紅斑などを形成します。皮膚を部分採取する皮膚生検で白血病・悪性リンパ腫・骨髄異形成症候群などの疾患が疑われる場合には、一宮市内で最も多くの患者さんの診療にあたっている血液内科に紹介し早期治療ができるようにしています。図1の患者さんの病変は湿疹のようにも見えましたが、難治性であったため皮膚生検を行ったところ、皮膚内で増殖する悪性リンパ腫と診断されました。内臓に悪性腫瘍ができると代謝が悪くなり皮膚にむくみやかゆみが出現することがあります。また、肝臓に障害が生じると皮膚が黄色くなることがあります(黄疸)。このような場合にはステロイドなどの外用薬を使用しても症状の改善は見られません。皮膚生検などで内臓疾患を類推し、悪性腫瘍の有無を検討していきます。

悪性腫瘍を合併しやすい一部の膠原病も特有の皮膚症状を呈するため、それらを見つけることが早期診断に有用です。手指肘関節の紅斑・背中や顔面の紅斑とかゆみ・倦怠感などの症状で悪性腫瘍を合併することが多い皮膚筋炎を診断することができます(図2)。

爪から悪性腫瘍が診断されることもあります。薄い爪が丸く盛り上がっている指のことをばち指と言いますが、これは肺癌や甲状腺疾患のサインと言われています(図3)。

皮膚からわかる全身疾患

皮膚症状からわかる代表的な内科的疾患に膠原病があります。膠原病は自身の体に対して免疫反応を起こしてしまう自己免疫疾患の代表的な病気です。全身性エリテマトーデスは日光過敏を起こすため顔面が赤くなったり、体に特徴的な環状紅斑ができたりします。この病気は心膜炎・胸膜炎や腎障害を来することがあり、皮膚所見と血液検査などで診断することができます。若い女性に多く発症する特徴があります。

また、皮膚筋炎は脱力などの筋炎症状・関節部の紅斑・爪囲炎などで診断ができます。特に爪囲炎が強い場合には、間質性肺炎や悪性腫瘍など生命に関わる疾患を合併していることがあり注意を要します。この病気は皮膚生検・筋肉部のMRI・血液検査などで診断することができます。

いずれの膠原病も早期診断・早期治療を行うことがその後の経過において重要です。治りにくい四肢の潰瘍や内出血を表す紫斑が多発しているときには、全身の血管炎や脳梗塞を合併するような血栓症を起こしている可能性があります。こちらも皮膚生検・血液検査・MRIなどの画像診断を用いて診断していきます(図4)。

かゆみが強い丘疹(皮膚の盛り上がり)や紅斑が出ている場合に腎臓疾患や肝臓疾患を有していることがあります。かゆみ止めの内服などをしていても治らない場合、皮膚症状の注意深い観察と皮膚生検などによりそれらの内臓疾患を類推していきます。

爪の変化でも内臓疾患の合併を類推することがあります。薄い爪

図1



図2



図3



図4



が反り返ったように剥離しているときには鉄欠乏性貧血となることがあります。また、爪の先端が爪床から離れて割れやすくなっている場合には甲状腺疾患や亜鉛欠乏症になっていたりすることがあります。

我々皮膚科医はこれらの皮膚症状を詳細に観察し、ときには皮膚生検を行うことで、内臓にトラブルはないか、ある場合にどのような疾患がありえるかなどを考えながら診療にあたっています。また、総合病院である当院ではほぼすべての内科的治療や手術に対応していますので、患者さんにはワンストップで診断から治療まで受けていただくことができます。診察の入口が皮膚科であっても、このように他疾患がわかることもあります。どうぞお気軽にご相談ください。

部署訪問 栄養管理室



栄養管理室には管理栄養士6名が所属しています。栄養食指導では、食事療法が必要な患者さんの個々の生活状況に合わせた指導を心がけています。また、入院中の患者さんへは疾病治癒と健康復帰を目的としたチーム医療の一員として適切な栄養管理ができるよう取り組んでいます。その仕事の質を上げるために、NST（栄養サポートチーム）専門療法士・糖尿病療養指導士・病態栄養専門管理栄養士・がん病態栄養専門管理栄養士などの認定資格を取得しています。栄養食指導を受けてみたいとお考えの方は、ぜひ主治医にご相談ください。

健康な体をつくりましょう

健康な体をつくるために大切なのは「食事」「運動」「睡眠」の三要素です。



▼ 特に食事については下記を参考に組みこんでみましょう。

「健康な体」を作り、維持するために必要なこと

「バランスの良い食事」とは

- 基本は毎食「主食+主菜+副菜」を組み合わせる
できるだけ多く（せめて2食は）この基本で食べる！
- 卵・肉・魚・豆腐など1食に1品は食べる
（目安は手のひらサイズ）
- 野菜・きのこ・海藻はできるだけしっかりと（毎食2〜3品）
- 果物は適量摂取する

腸内環境を整えましょう

腸内には1000種類もの細菌が生息しています。その中でビフィズス菌や乳酸菌などは善玉菌と呼ばれます。善玉菌は腸の運動を活発にするとともに、食中毒菌や病原菌による感染を予防し、発がん性をもつ腐敗産物の産生を抑制する腸内環境を作ります。また、善玉菌の体を構成する物質には、体の免疫機能を高めたり、血液中のコレステロールを低下させたりする効果があると報告されています。食事に気を付けることにより善玉菌を増やすことができます。

腸内環境を整えるための食生活

- ①発酵食品を食べる
善玉菌そのものを含みます
- ②食物繊維を食べる
善玉菌のエサになります
- ③肉類・脂肪の過剰摂取に注意
食べ過ぎると悪玉菌が増えてしまいます

※補足：足りないと思ったら乳酸菌・オリゴ糖・食物繊維などの栄養補助食品を利用してみるのもよいでしょう

発酵食品



ヨーグルト 納豆 みそ チーズ キムチ めか漬け など

ご存じですか？「医療費後払いクレジットサービス」



**会計の待ち時間をゼロに！
登録料・手数料もゼロです！**

詳しくは、院内パンフレット・病院ホームページでご案内しております。病院の待ち時間・滞在時間の短縮にぜひご利用ください。

後払いクレジットご利用案内・登録サイト

一宮市民病院 後払い

検索



\\ 病院1階ロビーのエスカレータ横にあります！ //



寝ながらできる筋トレで筋力低下を予防しよう！

新型コロナウイルス感染症による外出自粛のため、生活が不活発となり身体機能が低下したと感じていませんか？

暑い時期になり運動の機会は減っていませんか？

皆さんの健康な生活を維持できるよう、今回は体力に自信のない方でも室内で安全に行える脚の筋力トレーニングを紹介します。

運動の条件 どちらの運動も1セット10～20回、1日1セットから開始し、慣れてきたら1日2～3セット、週2～3日を目標に継続してください。

お尻上げ

仰向けで両方の膝を立てます。

矢印の方向にお尻をゆっくり上げ、ゆっくりと下ろします。



脚上げ

反対側の膝を立てると楽に運動できます。

仰向けで膝を伸ばしたまま床から30cm程度の高さまで上げます。

矢印の方向に脚をゆっくり上げ、ゆっくりと下ろします。



運動時の注意点

- 痛みのない、無理のない範囲で行ってください。
- 室内でも適度な水分補給とエアコンを上手に使うことで熱中症対策をしましょう。

- 運動時は息を止めずに自然な呼吸を心がけてください。
- 体調がすぐれない時は運動をお休みしましょう。

診療受付時間 午前8時～午前11時15分（全科）

診療開始時間 午前8時40分

休診日 土曜・日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）※ただし、急患の方は救命救急センターで臨時診療

発行者/一宮市立市民病院 院長：松浦昭雄 一宮文京2丁目2番22号 TEL:0586-71-1911 <https://municipal-hospital.ichinomiya.aichi.jp>



敷地内禁煙
NO SMOKING