

コロナ禍で増える手湿疹が食物アレルギーの原因に!? さらなる盲点も

2022. 11. 23 堀向健太・東京慈恵会医科大学葛飾医療センター小児科助教／アレルギー専門医 毎日新聞



新型コロナウイルス感染症の予防策として当たり前の光景になった手洗いやアルコール消毒ですが、手湿疹や手荒れに悩んでいる人は多いでしょう。手湿疹を放置すると、食物アレルギーの引き金になるだけでなく、別のアレルギーのリスクが高まることも。ところで、せっけんによる手洗いとアルコール消毒、どちらが手湿疹になりやすいか知っ

ていますか？

「手指衛生」の感染症に対する効果とは

新型コロナウイルス感染症の影響で、手を洗ったり、アルコールで消毒したりする機会が増えています。

こうしたいわゆる「手指衛生」は、もちろん感染予防策として重要です。

たとえば、手指衛生によって風邪などの呼吸器感染症が減るかどうかが調べた八つの論文を分析した研究があります。この研究で、手洗いをすると呼吸器感染症のリスクを1~2割程度減らせることが分かりました[1]。

しかし、手指衛生が感染症予防に役立つ半面、「手湿疹」のリスクになることは想像に難くないでしょう。手湿疹とは文字通り、「手や手の指にみられる湿疹」のことです。

最近のデンマークの研究では、コロナ禍で保育園が休園し、再開した時に、手湿疹の子どもが大きく増えたと報告されています[2]。

集団生活が始まって手洗いをする機会が増えると、手湿疹の子どもも増えてくる。そういったことが実際にあるのですね。

そして、もともとアトピー性皮膚炎がある人は、ない人と比べ、4倍も手湿疹を発症しやすくなるという研究結果があります[3]。私は専門がアレルギーということもあって、外来を担当しているとアトピー性皮膚炎のお子さんが多く訪れますから、手湿疹の相談を受けることも多いのです。

手湿疹が食物アレルギーの原因に……

さらに、手湿疹は食物アレルギーの原因になることが分かっています。

手湿疹がアレルギーの原因……という、驚かれる方もいらっしゃるかもしれませんが、しかし、この連載を最初から読んでいる方は、もうお分かりですね。

連載の第1回で、「経皮感作」についてご紹介しました。

経皮感作をざっくりまとめると、「炎症（湿疹）のある皮膚にアレルギーになりやすいたんぱく質がくっつくと、そのたんぱく質に対するアレルギーになることがある」という

ことです。手は、手湿疹という炎症を起こしやすく、さまざまなたんぱく質にさらされやすいため、食物アレルギーの引き金になることがあるのです。

たとえば、料理人や食品取扱者など、仕事で食品を扱う約 1600 人と、仕事として扱わない約 1900 人を比べた研究があります。すると、仕事で食品を扱う人は、食物アレルギーのリスクが扱わない人の 2.4 倍になるという結果でした[4]。食べ物がよく手にくっつく作業が多い人のほうが、食物アレルギーになりやすいということですね。

また、注意しなければならない盲点もあります。

それは「ゴム手袋」です。

手湿疹のある人がラテックス（天然ゴム）製の手袋をしていると、「ラテックスアレルギー」になるリスクが高まることが分かっています。手洗いをする頻度が高く、手袋を着けることが多いという、どんな職業を思い浮かべますか？

「医療従事者」と答える人も多いと思いますが、実際に医療従事者にはラテックスアレルギーの人が多くという報告があります[5]。そして、ラテックスアレルギーはバナナやキウイといった果物アレルギーの原因にもつながることが分かっています。

手をきれいにする 2 方法 手湿疹を起こしやすいのは？

さて、手をきれいにするには 2 通りの方法があります。

一つはせっけんで手を洗うという方法。

そして、もう一つはアルコールを手になじませて菌やウイルスを減らすという方法です。

トイレに行った時や、ウイルスの種類によっては、アルコールでは十分対処できない場合もあります。二つの方法はどんな時でも同一の効果が望めるわけではなく、使い分けていく必要性がありますが、今回はこの話は横に置いておきましょう。

では、この二つの方法のうち、どちらのほうが手湿疹を起こしやすいのでしょうか？

意外に思われるかもしれませんが、アルコールによる手指衛生のほうが、せっけんで手洗いするよりも手の皮膚を傷めにくいことが分かっています[6]。

実は、手指衛生用のアルコールの中には保湿成分が含まれていることが多く、これが皮膚を傷めにくい要因になっているようです。ということは、せっけんで手洗いをした後にも、手に保湿剤をしっかり塗っておくことが重要といえますよね。

広がる治療の選択肢

手湿疹を治療して良くなったあとも、保湿剤をしっかり塗っておくと、手湿疹が再び悪化するのを減らすことができるでしょう。

しかし、しっかり予防していても手湿疹を発症することもあります。その場合には、炎症を抑える薬を塗る必要があります。最もよく使われるのは、やはりステロイド外用薬です。

ステロイド外用薬を使う際に、皮膚のバリア機能を補強する保湿剤をあわせて使うと、より効果的です。たとえば、ステロイド外用薬を 1 日 2 回塗るよりも、ステロイド外用薬を 1 日 1 回にして、もう 1 回は保湿剤を塗るほうが、手湿疹が改善しやすかったという研究結果もあります[7]。

ステロイド外用薬は、毎日同じ場所に塗り続けると、その部分の皮膚が薄く弱くなってしまい、皮膚のバリア機能がかえって下がってしまうことがあるからです。

さらに、アトピー性皮膚炎の湿疹であれば、最近、ステロイド外用薬以外にもさまざま

な外用薬が使えるようになっていきます。

20年ほど前から免疫抑制薬の一種、タクロリムスを利用した外用薬が使えるようになり、2020年にJAK阻害薬、そして22年からはPDE4阻害薬という、新しい作用を持った外用薬が登場しました。