

# マルホ皮膚科セミナー

2023年3月27日放送

「第46回 日本小児皮膚科学会 ⑥

シンポジウム5 COVID-19禍のスキンケア」

埼玉県済生会川口総合病院 皮膚科  
主任部長 高山 かおる

2020年より始まったCOVID-19によるハンデミックは皮膚科の中にも様々な変化をもたらしました。本日お話しするのは急増したマスクによるトラブルと頻繁な手洗いによって生じた手湿疹についてです。

## マスク着用による影響

日本人にとってのマスクは、以前から比較的好んで使われていたと思いますが、これほど長い時間にわたりつけ続けることは流石にトラブルになることがわかりました。パンデミックになり最初に出た報告では、医療従事者を対象に、その当時つけなければならないとされた気密性の高いN95などのマスク着用により医療従事者の31.6%に痒みが出現し、かゆみのためについつい触ったり、ずらしたりするためマスクでの防御効果が損なわれる可能性があるというものでした。その後、一般の方々に刺激性皮膚炎と思われるマスクかぶれを多く経験するようになりました。その機序としていわれているのは、汗によるムレや汗が蒸散するときの乾燥、マスクそのもののスレなどがいわれています。

またニキビはご存知の通り、毛穴の出口が角栓でつまってしまうことで、皮脂が皮膚の外に排泄されず炎症を起こすことで生じる疾患ですが、マスクをしていると角栓ができやすくなり、さらにマスクが常にニキビのできている部分を触る刺激となり、コロナ禍、ニキビの悪化も思春期の子どもたちから相談が多かった疾患でした。その他酒さを生じ、ステロイドを外用して酒さ様皮膚炎となってしまった30代女性の症例や、30代男性の鼻唇溝部分の尋常性毛瘡の症例なども経験しました。

マスク荒れと思ったときの指導は、低刺激な化粧品などを使った適切なスキンケアや、マスクの具体的な使い方、例えばマスクの素材の種類や、顔の大きさに合っていること、立体的であること、きちんと針金などを操作して話をしているときに、ズレないようにすること、室内などでは適度に外すことなどをアドバイスしました。このような使い方は感染対策としてのマスクの正しい使い方にも一致する方法です。

### マスクかぶれ 30代 女性。

- 3ヶ月前から頬部に紅斑が出現。
- 自覚症状なし。
- ステロイド外用中。
- 病理組織診断でしゅさ様皮膚炎の診断。
- ステロイド外用中止にて改善。



### 手湿疹について

次に手荒れのことをお話したいと思います。小児期に生じる手湿疹は将来の手湿疹のリスクである可能性も指摘されており（Contact Dermatitis. 2010 Feb;62(2):75-87）、手荒れを起こさないスキンケアを心がけていく必要があります。

コロナ禍、様々な感染予防対策が行われていますが、行っている行為が菌やウイルスを無毒化する「消毒」にあたるのか、菌やウイルス量を減らす「除菌」にあたるのか、わかって行うことは大切です。消毒薬として販売されているものは医薬品や医薬部外品であり、除菌ができるとして売っているものは化粧品や雑品にあたります。

### 手洗いの注意点

それではまずは手湿疹と感染対策についてです。

コロナ禍、感染予防に最も推奨されたのは手洗いですが、その方法は厚生労働省の資料によりますと「手や指についたウイルスの対策は、洗い流すことが最も重要です。

手や指に付着しているウイルスの数は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐと1万分の1に減らせます。」となっています。手が洗えない時に手指消毒薬を使うようにと追記されています。しかしその一方で、手洗いが手荒れを起こすということも検証されています。

洗剤などの刺激物質が繰り返し接触することによって湿疹反応が起こることは有名です（Br J Dermatol. 1998 Jul;139(1):11-5.）。また医療現場にあるような殺菌性の高い洗浄剤による頻繁な手洗いは、皮膚の乾燥を招きバリア障害を



きたす (Infect Control Hosp Epidemiol 21:442-448, 2000.) などがいわれています。そしてさらに手を十分に洗ったとしても、きちんと拭かないで濡れたままにしていると、濡れている手は細菌を運搬する可能性がある (Epidemiol Infect 119:319-25,1997) ということも知られています。

そして手荒れがあることにより、手荒れがない場合と比べて手指衛生してもあまり消毒できていないことが示されています (環境感染誌. 2015 ; Vol30(4) : 274-280)。CDC の手指消毒に関するガイドラインにも、手荒れは皮膚細菌叢を変化させ、黄色ブドウ球菌などの病原菌を常在化させやすくすることなどが書かれています。

次に手荒れを防ぐためにはではどうするかということを考えたいと思います。前述の CDC のガイドラインでは、明らかに目に見える汚れや体液・蛋白性物質が付着している、もしくは付着していると疑われる場合は手洗い、それ以外は手指消毒薬の使用を推奨しています。

### 手袋の使用についての考察

さて、それでは次に、手洗いの代わりに行うことについて考えていきたいと思いますが、トラブルにも繋がりがねないのが手洗いの代替えとして使われる感染対策の手袋についてです。

今となっては少しよくなりましたが、コロナ禍スーパーマーケットのレジ係の方やホテルの受付、ビュッフェの時に、手袋のつけっぱなしをよく目にしました。この感染対策ははたして正しいでしょうか？

つけっぱなしの手袋については手術室での検討報告があります。その調査は、手術用手袋のピンホールを通過する細菌濃度を調べたものです (American J of Infection Control 38, (2) , 154-158・2010)。

その結果、2枚重ねて手袋をしていた手術で、調査したアウター手袋の 4.7% で手袋の穴を通過して移動した細菌が発生していました。手袋の穿孔があったものは、アウター手袋の 21.1%、インナー手袋の 14.8% もあり、さらに 82.2% で穿孔は気が付かれていなかったという結果でした。結論として細菌は手袋の穴を通過し、患者から手術スタッフへ直接移動する。手袋の穴を通過した細菌にはブドウ球菌、ミクロコッカス、腸球菌などがあると述べられていました。この結果をみると手袋は穴があくものだと思ったほうがよいし、手袋による自分自身の防御は、思っているより侵されている可能性が高いし、手袋をしているという安心感がむしろ危ないともいえます。蒸れるというトラブルも起こることが考えられます。その他にも加硫促進剤アレルギーは接触皮膚炎のなかでも頻度が高く起きているので、手袋をすれば安全というのは誤った判断だといえます。

## 手指消毒薬の使用のすすめ

それではどんな方法が感染対策としておすすめかということですが、ここでは手指消毒薬の使用をお話したいと思います。

主に消毒薬として使われているのはエタノールですが、エタノールは中水準消毒薬にあたります。医療現場ではエタノールの他にも、低水準消毒薬であるクロルヘキシジンや塩化ベンザルコニウムなどが使われています。これらはそれぞれ欠点や利点があるので、利点を生かし、欠点を少なくするように作られています。

エタノールはコロナ禍当初は品薄になるほど使われてきました。

### 【利点】

殺菌力が強い。ウイルス・細菌に特に有効。清涼感がある。

### 【弱点】

皮膚につくと熱を奪うので皮膚に乾燥を招く。

刺激性の反応がほとんどで、アレルギー性接触皮膚炎は稀。

もともと手湿疹やアトピー性皮膚炎など皮膚トラブルがある場合には、エタノールによる過敏性が高くなると報告されている。

低水準ですがよく使われる2種類グルコン酸クロルヘキシジン・塩化ベンザルコニウムについてです。

### 【利点】

低水準消毒薬。

メチシリン耐性黄色ブドウ球菌（MRSA）などの一般細菌、カンジダなどの酵母様真菌にも効果がある。

皮膚に吸着されやすいため持続効果が期待できる。

エタノールに比べると低刺激性。

コロナウイルスにも有効であることが検証されている。

### 【弱点】

アレルギー性接触皮膚炎の報告がある。

以上のような欠点や利点のため、病院で使われるものはエタノールとその他の低水準消毒薬をあわせて作られている手指消毒剤が数多くあります。

そして、皮膚のトラブルがあるかたには、医薬部外品になりますがアルコールフリーのものが推奨されています。ほとんどの手指消毒薬のなかには保湿成分が添加されており、エタノールの欠点を補うように製造されています。

当院でもアトピー性皮膚炎があり、手荒れをした患者様にはこのようなアルコールフリーのものを感染対策室がすすめていました。

手荒れの方にはその環境をよく聞いていただき、適切な製品の使用をすすめられるようにこのような知識をご活用いただけたらと思います。

### おわりに

まとめです。コロナ禍に起こった皮膚トラブルについて、特にマスクかぶれと手荒れに付いて述べました。

特に手荒れは感染予防の効率を悪くするどころか、かえって感染を広げる可能性もあるため、正しい知識や除菌方法の指導は大切であると思われます。

「マルホ皮膚科セミナー」

[https://www.radionikkei.jp/maraho\\_hifuka/](https://www.radionikkei.jp/maraho_hifuka/)