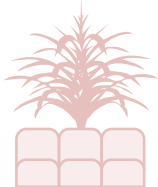


待 合 室

健康って何だろう？今まで、あまり深く考えたことがなかったような気がします。厚労省の調査によると健康と考えている人が全体の8割を超えます。病気や怪我の割合が若者の3倍にもなる65歳以上に限定しても7割以上の人が普通に健康であると答えています。つまり、けがや病気の有無だけが健康の判断材料ではない事が伺えます。では人々は何をもって健康と判断するのでしょうか。別の厚労省の調査によると健康判断の根拠として「病気が無い事」、「美味しく飲食できる事」など、身体的な面が多くを占めますが、「不安や悩みが無い事」、「生きがいを感じる事」など、精神的な面の回答や、「人間関係がうまくいくこと」「他人から認められる」など、人と人との繋がりとといった社会的な面の回答もあります。WHOの健康の定義では「健康とは、病気で無いとか、弱っていないという事ではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、全てが満たされた状態にあることを言います。」となっています。奇しくも厚労省の調査の結果とWHOの健康の定義は一致しているのです。私たちはともすると身体的健康を重視しがちですが、本当の健康を得るためには、もっと精神的、社会的健康にも目を向ける必要があると痛感しました。

(逍遙遊)



表紙／俣野別邸庭園（戸塚区）重要文化財に指定されていた旧住家俣野別邸が2009年に焼失した。昭和前期の和洋折衷様式を後世に残すべく、2016年に再建された。見学可。

こんな時どうする

円形脱毛症

—急に髪の毛が抜けてしまった—

横浜市皮膚科医学会
済生会横浜市東部病院

わたなべ えみこ
渡辺 絵美子 先生

数日前から抜け毛が増え、頭皮の地肌が見えるように。これって円形脱毛症ですか

頭皮を触るとチクチクした感触があったり、抜けた髪の毛に毛根がついていない場合、円形脱毛症の可能性があります。

円形脱毛症はどのような原因で発症するのでしょうか

もともと円形脱毛症になりやすい遺伝的素因をもっている方に、ウイルス感染、過度な疲労など何らかの要因がきっかけとなって発症することが知

られています。Tリンパ球という免疫細胞が毛の根元を攻撃する自己免疫反応を生じ髪の毛が抜けたり折れてしまうのです。

どんな人が円形脱毛症になりやすいのでしょうか

アトピー性皮膚炎や、甲状腺機能亢進症などの自己免疫疾患があるとなりやすいことが知られていて、そちらの治療がうまくいくと円形脱毛症もよくなる可能性があります。

円形脱毛症のタイプにはどんなものがありますか

脱毛部が1つならば「単発型」、複数あると「多発型」と言われます。頭髮すべてが抜けると「全頭型」、おでこから耳の後ろ、うなじにかけて帯状に脱毛する「蛇行型」、眉毛やわき毛など体毛も抜けてしまう「汎発型」もあります。

治療法についておしえてください

年齢や重症度、発症時期をふまえて治療法を決定します。ステロイド外用薬による治療が一般的ですが、脱毛部にステロイドを注射する方法や、入院しステロイドを点滴

する方法もあります。範囲が広く重症の方には、JAK阻害薬という飲み薬を服用することで、発症前の頭髪の状態に近づけ維持することができるようになっています。

円形脱毛症は治りますか

円形脱毛症は再発しやすい病気です。完治を目指すよりもつきあっている病気と考えたほうがよいでしょう。急に髪の毛が抜けて不安になった際は、お近くの皮膚科専門医にご相談ください。

