

ドクター メモ

ニキビ(尋常性ざ瘡^{そうそう})について 毛穴にできる皮膚の病気

ニキビの最初の症状は皮脂が多すぎたり、毛穴の出口が詰まったりすることで、毛穴の外に皮脂が出られずに溜まってしまふことから始まります。この状態をコメド(面^{めん}皰^{ぼう})といいます。

コメドに炎症が起けると赤いぶつぶつ(丘疹^{きゅうしん})になります。この炎症はアクネ菌と呼ばれる細菌が原因です。アクネ菌は毛穴に詰まった皮脂を栄養として増殖し、炎症を悪化させます。ひどいときには赤く腫れ上がり、膿^{のう}が毛穴に溜まります(膿^{のう}疱^{ほう})。さらに炎症がひどくなると、周囲の皮膚が破壊され痕が残ってしまうことがあります(瘢^{はん}痕^{こん})。

思春期ニキビは、成長過程でホルモンバランスが変わり、皮脂分泌が活発になることが原因です。また、睡眠不足や不規則な生活、食生活の乱れなどが悪化因子となるため、

大人になってからニキビに悩む人も多いです。



ニキビの治療は、最近では毛穴の詰まりを取り除く外用治療薬が主流になり、コメドの予防をすることで再発も防ぐことができます。赤く膿んだニキビには抗生剤の内服や外用を併用しますが、コメドを正しく治療することが重要です。病院によっては光によるニキビ治療(クリアタッチ)などでも保険診療で可能です。保険診療で治療が難しい場合は、薬剤による角質ケア治療(ケミカルピーリング)などの自費診療も効果的です。

ニキビは治る病気です。思春期だからと放置せずに一度、皮膚科医師に相談してください。