女性のための、心と体の処方箋

円形脱毛症

急にごそっと髪の毛が抜け落ちて、直径数cmの地肌が出てします…。家族や美容師さんなどの指摘でわかることも多い円形脱毛症は、気づいた瞬間から気持ちを曇らせてしまいます。こうなれば、悩んでいないでまず専門医のもとへ。加茂皮フ科医院（神戸市中央区）院長・加茂統良先生に、原因や治療法などをうかがいました。

取材・文／杉野佐恵子　イラスト／辻 たかえ

加茂（かも） 統良（つねよし） 先生

神戸大学医学部大学院卒。医学博士。神戸市立医療センター西市民病院皮膚科医長、神戸大学医学部附属病院皮膚科病棟医長などを経て2010年から現職。常に実績に裏打ちされた標準的治療を基準に、医療レベルの向上に努めている。

精神的ストレスは引き金の一つで、原因ではありません。免疫の異常から起こる病気で、治療が必要です。

円形脱毛症とはどういった病気ですか？

頭髪が丸く抜け落ちる病気です。患部の大きさはさまざまですが、見つけたときにはたいてい硬貨ほどの大きさになっています。ほとんどの場合、自覚症状はありませんが、まれに軽いかゆみや違和感を感じたり、患部が赤く腫れたりすることもあります。

原因には諸説ありますが、現在は、自己免疫疾患の一つと考えられています。自己免疫疾患というのは、異物を排除するための免疫反応が自分自身の正常な細胞や組織に対して起こってしまう病気です。円形脱毛症の場合は、毛をつくる毛根に対して免疫反応が起こり、この結果、毛が抜けてしまいます。

精神的ストレスから起こる病気だというのは本当ですか？

精神的ストレスが引き金になって原因となる自己免疫反応が起こることはありますが、すべての円形脱毛症が精神的ストレスから起こるわけではありません。感染症などの肉体的ストレスや、ほかの病気などによって免疫異常が起こり、発症する場合も多々見られます。

ほかの病気が隠れていることも考えられるわけですね？

円形脱毛症と合併しやすく、円形脱毛症がきっかけで見つかることのある病気としては、甲状腺疾患などが挙げられます。甲状腺疾患は女性に多く、顔色が悪い、汗をかきやすいなど特徴的な症状があるので、医師は診断に際し十分に注意して、必要に応じて検査を行います。

ほかにも、関節リウマチやアトピー性皮膚炎をはじめとするアトピー性疾患など、さまざまな自己免疫性疾患が、円形脱毛症に合併することが知られています。

遺伝はするのでしょうか？

円形脱毛症にかかったことがある人と血縁が近いほど発症しやすくなる、親が円形脱毛症なら発症率は一般の10倍になる、といった調査結果が報告されています。また、患者本人や家族にアトピー素因がある場合も発症しやすくなり、発症した場合、重症化しやすくなります。

円形脱毛症には、いくつかのタイプがあるそうですが？

患部の数、範囲、形態などによって、大きくは以下のように分類されます。

●単発型

円形または楕円形の脱毛斑ができる、円形脱毛症では最も多く見られるタイプ。頭皮だけでなく、眉毛や体毛に発生する場合もある。

●多発型

脱毛斑が2つ以上発生するタイプ。脱毛斑が結合して大きくなる場合もある。

●蛇行型

多発型が特殊な形で進行するタイプ。円形の患部が後頭部や側頭部の毛の生え際に連続してつながり、生え際部分が蛇行状に抜け落ちた形となる。

●汎発（はんぱつ）型

頭髪だけでなく、眉毛、まつ毛、体毛など全身のあらゆる体毛が抜け落ち、円形脱毛症ではいちばん重度のタイプ。

放置するとどうなりますか？

単発型か、多発型でも数が少なく、患部がごく小さい場合は自然に治る場合も少なくありません。アトピー素因や他の自己免疫疾患がない場合は、治療してもしなくても1年以内に80％が治るとも言われています。とはいえ、円形脱毛症は、もし重症化すると大変治りにくくなる病気です。決して軽く考えるべきではありません。重症化させないためには、できるだけ早い段階で治療を始めることが大切です。

治療は効果が現れるまで時間がかかります。信頼できる医師のもとで焦らずじっくり治しましょう。

診断や治療について教えてください。

円形脱毛症では患部やその周辺に切れた毛や簡単に抜ける毛が見つかります。その毛根部に特殊な変形が見られるのがこの病気の特徴であり、これが、診断の決め手となります。また、病気が今、どんどん脱毛する時期にあるのか、そうではなく、脱毛が止まり次の発毛が始まっている時期にあるのかによって、治療の内容は大きく異なります。診断では、その見極めも重要です。このため、皮膚科専門医を受診されると安心です。

どんどん脱毛する急性期の治療法として代表的なのは、ステロイド剤による薬物療法です。飲み薬も塗り薬もあり、重症でますます病気が進みつつある場合などには、入院設備のある病院でステロイド剤を大量に点滴注射するステロイドパルス療法を行うこともあります。ステロイド剤以外にも、発毛を促すグリチルリチンやセファランチンなどの内服薬があり、ステロイド剤と併用することができます。

ほかに、専用の機器を備えた医療機関であれば、PUVA療法と呼ばれる紫外線を使った治療も行います。これも、病状や紫外線の種類によって、保険適応となります。いずれにしても、病気が進んでいる段階では、薬や紫外線など、全ての治療を同時に集中的に行って、速く効果を上げることが大切です。ここで注意したいのは、それだけスピードを大切にした治療であっても、発毛という目に見える効果が現れるまでに最短でも1～2か月はかかるということです。簡単にあきらめずに根気よく続けてください。

やがて抜け毛が減り、新しい毛が生えてくれば、ステロイド剤による治療は終了します。そして、発毛を促すグリチルリチンやセファランチンの内服やPUVA療法に加え、血流を改善して発毛・育毛を助けるフロジン（塩化カルプロニウム）外用液などで、治癒を促進します。

薬の副作用が気になりますが？

どんな薬にも副作用は起こり得ます。円形脱毛症の治療においても、むくみなどを訴える患者さんはおられます。そうでなくても、紅斑中や他の合併症があるなどの理由で使える薬剤が制約されることがあります。それでも、PUVA療法や塗り薬、外用液などによる治療は続けることができます。

治療を始める前に副作用に対する不安は、具体的な理由も含めてできるだけ詳しく医師に伝え、治療を始めてからも少しでも心配な点があればすぐに医師に相談してください。どんな場合にも、副作用を抑えながら病気を改善していく道が見つかることと思います。

精神的なダメージが大きい場合、どうすればいいですか？

円形脱毛症の患者さんはふつう、脱毛のほかに身体的なトラブルはありません。それでも精神的ダメージからうつ状態やひきこもりなどに陥って、生活の質が大きく低下することが少なくありません。脱毛がストレスとなって、さらなる重症化につながってしまうということも考えられます。皮膚科の医師もその深刻度を十分に理解したうえで治療に臨んでいます。「こんなことを相談しても仕方がない」などと考えず、病気が原因で困っていることを、精神面まで含め全て話してみてください。誰かに聞いてもらうだけで状況が改善されることもありますし、必要に応じて適切な科の医師を紹介してもらうこともできます。

最後に、密かに悩んでいる人にアドバイスをお願いします。

円形脱毛症は、治療を始めるのが早ければ早いほど治りがよく、通院期間も短くてすみます。通常の皮膚科医院であれば、標準的な治療の選択肢はそろっています。特殊な療法が必要な場合は、適切な医療施設を紹介してもらうことも可能でしょう。あれこれ悩まず、まずはできるだけ通いやすく、信頼できる皮膚科を見つけて、相談してみてください。

女性の髪の、もう一つの大敵“薄毛”にも治療法が！

CHECK!

円形脱毛症は後頭部に起こりやすく、境界がはっきりした丸い形をしています。これとは違って髪が全体に薄くなり、頭頂部を中心に目立ち始めるのが女性の薄毛。中年を過ぎて女性ホルモンが減少してくることが原因で起こります。でも、これも「年のせい」とあきらめる必要はありません。円形脱毛症の治療にも使うフロジン外用液など保険適応の薬に加え、女性ホルモンの不足を補う育毛剤なども登場しています。円形脱毛症同様、落ち込む前に、皮膚科の医師に相談してみてください。