

15

特集 皮膚とこころ

Part1：バーチャル症例で学ぶ皮膚の心身医学
脱毛症

植木理恵

順天堂大学医学部附属 順天堂東京江東高齢者医療センター 皮膚科

精神的ストレスが契機となり脱毛する場合と、脱毛により精神的ストレスが生じる場合があり、それぞれこちらのケアが求められている。

脱毛症による容貌の変化から生じた喪失感は劣等感につながり、こころに変調をきたすことも多い。患者一人ひとりに対してふさわしいこころのケアを脱毛症の特性を理解して考えてみる。

はじめに

毛の成長と精神的ストレスの関与については、精神的ストレスによって増加するコルチゾール、副腎皮質刺激ホルモン（ACTH）、プロラクチン、Substance-Pなどが毛成長に抑制的に影響することが考えられている¹⁾。さらに円形脱毛症においては、臨床的観察からは精神的ストレスが発症契機に関与しているかどうかはまだに明らかではないが、毛包周囲のNeuropeptideの存在や、ストレスホルモンであるコルチコトロピン放出ホルモン（CRH）と毛組織の関与の研究が進んでおり²⁾、円形脱毛症で生じている毛組織の免疫寛容の破綻の契機の1つとして、精神的ストレスにより免疫能に失調が生じる可能性も考えられている。

さて、頭髪、眉毛、睫毛、ひげは他者に対する人それぞれの印象に大きな影響を与えるとともに、自分自身の「こ

ころ」にも影響を及ぼす社会的・精神的役割を持っている。状況や職業にふさわしい髪型が社会から求められたり、髪を切って気持ちを切り替えたりする。このように、髪は自己表現の場であり、他者からの評価を受ける役割がある。さらに誰にでもあるものを失うことで器官喪失感を生じ、劣等感や自信の低下、不安などを感じ、不登校や休職、引きこもりの原因にもなり、他者は病的な脱毛に対して不安を感じたり、優越感が生じたり、いじめのきっかけになったりすることも考えられる。

脱毛症と「こころ」を考える場合に、「こころ」の不調で脱毛症を発症する場合と、脱毛症を発症することで「こころ」のケアが必要になる場合があり、さらに、脱毛症の種類、発症年齢、性別、社会的立場（会社員、学生、主婦など）によっても病気の受け止め方が異なるので、対応はそれぞれの患者に合わせて考えることが望ましい。

円形脱毛症

バーチャル症例1：10代男子高校生

初診の1か月前から急に全頭脱毛を発症した。

〔既往歴〕スギ花粉症。

〔初診時現症〕全頭に易抜毛性を認めた。眉毛や睫毛などの頭髪外脱毛はなかった。爪甲変形なし。

〔診断〕急性全頭型円形脱毛症。ステロイドパルス療法は副作用が心配で行わず、短期少量ステロイド内服と抗アレルギー剤内服、ステロイド外用で治療開始した。

〔経過〕初診の1か月後には100%全頭脱毛となった。学校でいじめなどはなかったというが、本人が1か月の休学を希望した。同様の治療を継続し、休学して1か月経過したところで、発毛は回復していなかったが、夢をかなえるためにやっぱり学校に行って大学受験がしたいと希望し、復学した。その後、発毛の再生は良好でステロイド内服は2か月で終了できた。大学受験は希望校に合格し、広範囲に発毛があり回復途中であったがもう大丈夫ですと言って、他県の大学へ進学していった。

バーチャル症例1に対するこころのケア

診察時に保護者が本人の意見を尊重する態度で、質問には本人が答えていたので、未成年だったが本人が主体的に病気と関わるように診察を進めた。本人が円形脱毛症の病態を理解できるように説明し、治療は提案しながら本人が選択した。容貌の変化が急速だったため、日常で困っていることを教えてほしいと伝えていたところ、人目

が気になって登校が辛いとの訴えがあり一時的に休学となったが、円形脱毛症だからいろいろとできないと考えないで、脱毛症でもできることを考えてほしいと話して病気を受け入れるようにサポートした。患者には病前から将来なりたい職業があり、脱毛症だからあきらめたくないと考え、病気と向き合い、自分の夢に一步近づいた。長期化する可能性の高い広範囲の円形脱毛症では、何歳でも病気の理解を高め、生活や進路が萎縮しないように家族の悩みも含めてサポートすることや相談しやすい態度を示すことが、メンタルケアとなる。

バーチャル症例2：20代女性

初診の2か月前から急速に脱毛し受診した。

〔初診時現症〕頭皮の50%領域の脱毛があり、易抜毛性は著しく、病的毛が多数みられた。体毛の脱毛や爪甲変形はなかった。既往歴なし。

〔診断〕急性全頭脱毛症。とくに併存疾患なく短期間のステロイド内服とステロイド外用を始めた。「こころ」の動揺が激しく、診察のたびに流涙し、毎週受診を希望された。

〔経過〕週末だけステロイドを内服して、抗ヒスタミン剤の内服と液体窒素冷凍凝固術を継続し、5年の経過で、髪は細いが100%生えそろった。体調の変化で脱毛が新生することがあるため、ウィッグは継続して使用している。

バーチャル症例2に対するこころのケア

脱毛症を話せる相手が主治医しかいない状況だったため、患者の希望を踏まえて診察間隔を短くし、不安を解