

# マルホ皮膚科セミナー

2024年5月20放送

「第75回 日本皮膚科学会西部支部学術大会 ③

教育講演4 美容に関して言いたい シミの治療

—シミの治療をやってみよう・初心者から上級者まで—

葛西形成外科 院長  
葛西 健一郎

## はじめに

本日は「シミの治療をやってみよう」というテーマで、お話しさせていただきます。一般的に、医療というものは、その疾患の成因や病態を正しく理解して、効率的な治療を施すことが何より重要で、その治療結果の良し悪しが行った治療が良かったかどうかの評価基準となります。それに対して、美容医療においては、治療が良かったかどうかの評価尺度は、患者さん本人の主観的な満足と心地良さによって決められることが多くなります。実際には、美容医療の力で本当に患者さんの肌をきれいにするのはかなり難しく、なんとなく患者さんにきれいになったような気持ちになってもらうのが精一杯ということが多くあります。ところが、シミの治療では、上手にやればそのシミは本当にきれいに取れますので、数多くある美容皮膚治療の中で、シミを取るのが一番容易で効果的と言うことができます。

ひとくちにシミといっても、医学的には全く異なるいくつかの疾患が集まった集合体です。それぞれの疾患は、組織学的にも全く違います。原因や性質がこれほど大きく違う疾患が、外見的には「シミ」として、非常に似ている点が、よく考えてみればとても不思議なことで

「肌をきれいにしたい」 needs は大きい

ひとこと  
言いたい!

本当は 「肌をきれいにする」「若返り」  
は、かなり難しい

医学的には 「シミを取る」の  
いちばん容易

上級

シミのいろいろ

	異常細胞	機能異常
老人性色素斑	○ (表皮)	×
ADM	○ (真皮)	×
PIH	×	○ (過去の炎症)
肝斑	×	○ (現在の炎症)
雀卵斑	×	○ (平面的不均一)

雀卵斑は肌の色が平面内で揃わない機能異常と考えられる

す。その中で、実は、症例数としては、老人性色素斑がシミの80%を占めます。各種のシミをすべて正確に診断してそれぞれ最適な治療を施せば、どれも完璧に治すことができるのですが、たとえそれが難しくても、老人性色素斑だけでもしっかり診断出来て、そこに何らかの有効な治療を施すことができれば、かなり多くの患者さんに喜んでもらうことができます。

## 老人性色素斑


シミの治療の中でも最も数の多い老人性色素斑の診断のチェックポイントとしては、必ず後天性で、時間とともに大きくなる、濃くなる点が挙げられます。そして顔の左右両方にある、境界が鮮明で、隣の病変とつながっていない、大きさは大小不同で、濃淡いろいろ、という点が重要です。一部でも盛り上がっている部分があるならば、その診断は間違いありません。

老人性色素斑の治療は、いろいろな方法があり、どれも有効ですから、そのうち得意なものを1~2個持って、それに習熟すると良いでしょう。なにも全部できるようになる必要はありません。得意なものがいくつかあれば、それで十分です。また、必ずしも、高価な機械を用いると、よりきれいになるということではありません。自分の得意な方法で、安定した結果を出せるようになりましょう。でも実は、本当に重要なのは、困ったときに安心して紹介できる送り先を確保しておくことかもしれません。

入門
上級

### 老人性色素斑の診断 チェックポイント

- ▶必ず後天性で、大きくなる、濃くなる
- ▶顔の左右にある
- ▶Margin clear
- ▶つながっていない
- ▶大小不同・濃淡いろいろ
- ▶一部が盛り上がっていれば完璧



入門

### 老人性色素斑の治療 (どれか1~2個)

- ▶N2 (これで十分)
- ▶メスで削る (ちょっと慣れが必要)
- ▶電灼 (手軽です)
- ▶CO2 laser (本当は一番使いやすい)
- ▶Q-sw, Pico laser (あればいいけれど)
- ▶IPL, long-pulse laser (患者は喜びます)
- ▶困った時の送り先を確保 (これが重要)

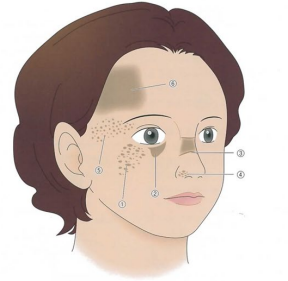
## ADM (後天性真皮メラノサイトーシス)

シミの中にはADM(後天性真皮メラノサイトーシス)という特殊なものがあります。このシミだけは、病変の主座が真皮のメラノサイトですから、真皮まで届くQスイッチレーザーまたはピコ秒レーザーの高フルエンス照射が必要で、他のいかなる方法でも治すことはできません。シミ全体の中で、ADMはそれほど症例数は多くありませんから、自分で治すことができなくても、こういう疾患もあるのだということを知っておいて、遭遇した時には適当な病院を紹介するというだけでも良いでしょう。もちろん、すべてのシミを自分の手で治すのだとい

入門
上級

### ADM (後天性真皮メラノサイトーシス) の分布範囲

①頬骨部(小斑)	85%
②下眼瞼(びまん)	24%
③鼻根部(びまん)	7%
④鼻翼(小斑)	14%
⑤上眼外側(小斑)	11%
⑥額外側(びまん)	28%



うことであれば、この ADM の治療法にもしっかりと習熟する必要があります。

### PIH (炎症後色素沈着)

炎症後色素沈着の場合は、原因となる皮膚の炎症はすでに終わっていますから、何も治療しなくても自然治癒する方向にあります。それを早く治そうとして無理な治療を加えることにより、炎症を再燃させてしまうと、かえって治癒を遅らせますので、注意が必要です。私は患者さんには、美白剤も日焼け止めも塗らないように、積極的に介入して指導することを行っています。それらの外用の効果よりも、「すりこむ」ことによって患部皮膚が刺激されて炎症が持続するデメリットの方が大きいのです。手をこまねいて何もしないのではなく、患者さんの生活に積極的に介入して、肌に何もしないことを徹底するわけです。私はこれを、「積極的無治療」と呼んでいます。ほとんどの症例は、これだけで治ってしましますが、あまりにも時間がかかる場合には、慎重に色素を取る治療を行っても良いでしょう。

#### PIH (炎症後色素沈着) の治療

- ▶何もせずに時間を待つこと  
(積極的無治療)
- ▶完全に止まったらQR  
(各種外用・内服など)

(治療の刺激で悪化することがあるので注意)

### 肝斑

肝斑という変わったシミがあります。各種治療に抵抗し、治療に対してむしろ濃くなることも多いので恐れられています。ただ、よく考えてみれば、肝斑とは、現在まだ皮膚の炎症が持続している結果としての色素沈着ですので、皮膚の炎症を増強させる可能性のある治療は行うべきではありません。レーザーや外用剤の治療は慎重にしてください。私は、肌のこすりすぎが炎症の大きな原因となっていると考え、顔をこすらないよう患者指導を行っています。肌を強くこすってでも化粧品を完全に落とさなければ気が済まないという「心の呪縛」を解くことができれば、患者さんは肝斑から解放されるのですが、永年にわたって化粧品会社に化粧品は完全に落とさないと大変なことになると洗脳され続けてきた女性には難しいことも多いです。肝斑には、トラネキサム酸の内服が有効というエビデンスがあります。

#### 肝斑の本態

過刺激 (こすり過ぎ) による  
表皮の慢性炎症性色素沈着

現在も炎症が続いている

ここまで、いろいろお話ししましたが、シミの治療は、数ある美容皮膚治療のうち、もともと患者さんに喜んでもらえる良い治療です。まずは患者数の多い老人性色素斑の診断と治療をしっかりマスターし、それに習熟したら他のシミにも進んでいくと良いでしょう。患者さんの QOL 向上のために、シミを取ってみましょう。本日はありがとうございました。

「マルホ皮膚科セミナー」

[https://www.radionikkei.jp/maruko\\_hifuka/](https://www.radionikkei.jp/maruko_hifuka/)