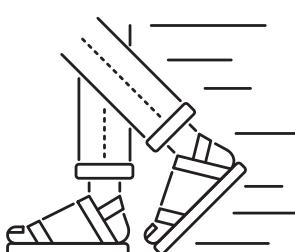


乾癬患者さん応援キャンペー
かんせん

乾癬

ガイドブック



大切なのは、正しく知ること。 そして、理解すること――

「乾癬ってどんな病気？」「治療法は？」
「人にうつる病気？」……

乾癬と診断された方やそのご家族は、
乾癬についてさまざまな疑問をお持ちかもしれません。

乾癬は、残念ながらまだ根本的な治療法が
見つかっていない病気です。
しかし、治療によって症状のない状態を保つことができます。

そのためには、患者さんとご家族が病気を理解し、
治療に前向きに取り組むことが大切です。

この冊子では、乾癬の基本、治療法、
医療費の負担軽減制度の一部についてご紹介します。

乾癬と上手に暮らすためのサポートツールとして、
本冊子をご活用ください。

本冊子に記載のある症状がみられた場合は、
乾癬の可能性が疑われるため、医師などに相談してください。



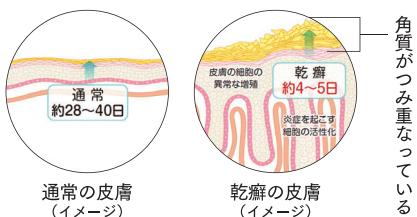
Contents

- 03 乾癬とは？
- 04 乾癬の症状① 皮膚
- 05 乾癬の症状② 関節／セルフチェック
- 06 治療法
- 09 日常生活で気をつけること
- 11 乾癬治療における「高額療養費制度」について
- 13 高額療養費制度 申請の流れ
- 14 治療費にまつわる Q&A

乾癬とは？

免疫が過剰に働くことで発症する、 非感染性の慢性皮膚疾患です

「乾癬」は、慢性の炎症性の皮膚の病気です。皮膚の細胞が異常に増殖することで、さまざまな症状が出てきます。現在、日本には約50～60万人¹⁾²⁾の乾癬患者さんがいるといわれており、食生活の欧米化などによって、増加傾向にあります。³⁾約2:1の割合で男性に多いこと⁴⁾、思春期以降、または中年以降の発症が多いことが特徴です。また、乾癬という病名から、“感染する／うつる”のではないかと誤解されることがあります。しかし、乾癬は人から人へうつることは絶対にありません。

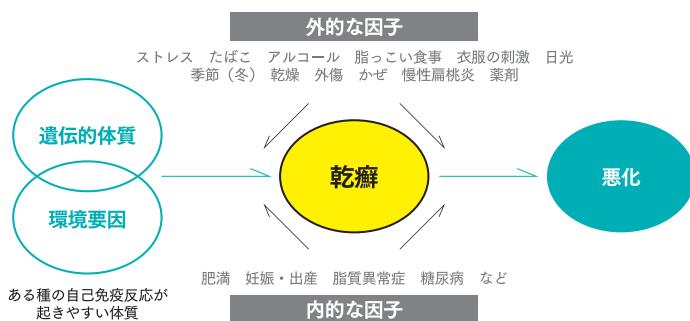


1) Kubota, K, et al.: BMJ Open., 5:1, 2015.
2) 照井正他: 臨床医薬, 30:279, 2014.

3) T. Ito et al; J Dermatol. 2018 Mar;45:293-301
4) Takahashi H, et al: J Dermatol, 38:1125, 2011

乾癬の原因

乾癬の発症原因是、まだ完全には解明されていません。もともとの体質と、外的要因（ストレス、けが、感染症など）、内的要因（肥満、糖尿病など）が影響すると考えられています。



乾癬の症状① 皮膚

皮膚が赤くなったり、
かさぶたがはがれ落ちたりします

乾癬の症状としては、次のようなものが挙げられます。はじめは、
にきびのような赤い発疹や大量のフケのようなもので気づく人が多
いようです。しかし、症状が進むと皮疹の数が増え、いくつかの皮
疹が一緒になったり、ときに全身に及んだりすることもあります。

【鱗屑、落屑】

角質がつみ重なってできる白く細かいかさぶたのような状態を鱗屑といい、そ
れがフケのようにボロボロとはがれ落ちると落屑となります。初発症状では頭
皮や生え際の皮疹がよくみられます。また、ひじやひざなど、物理的刺激を受
けやすい部位でも皮疹がよくみられます。

【浸潤・紅斑】

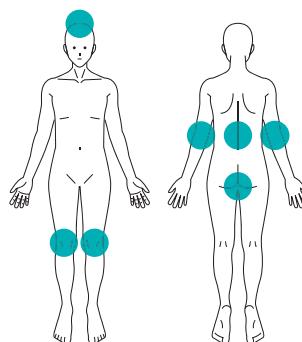
皮膚がまるく、やや盛り上がった状態
を浸潤といい、炎症により皮膚が赤く
なることを紅斑といいます。

【爪】

乾癬患者さんの2割程度に爪の病変
がみられます。爪がはがれたり、凸
凹ができたりします。

皮疹は頭部やひじ、 臀部（おしり）に出やすい

皮疹の大きさや出る部位は人によ
って異なりますが、「連続して
刺激を受けやすい」「日光にあた
りにくい」部位に出やすいといわ
れています。比較的、顔面には出
にくいようです。



かんせん 乾癬の症状② 関節

関節に腫れや痛みが出ることがあります。
特に、手足の指先の関節に多くみられます

皮膚症状に加えて、関節に腫れや痛みを伴う場合は、乾癬性関節炎（関節症性乾癬）が疑われます。患者さんによって症状の発現時期は異なりますが、皮膚症状の後に関節症状が現れる場合が多くみられます。主な症状としては下記の4つがあります。関節に痛みがある場合は、主治医に伝えましょう。

ふちゃくぶえん 【付着部炎】

靭帯や腱が骨に付着する部分に生じる炎症で、足裏やアキレス腱で起こることが多いです。

たいじくかんせつえん 【体軸関節炎】

骨盤にある仙腸関節や脊椎に起こる炎症で、背中や首、腰に痛みやこわばりが現れます。

しじん 【指趾炎】

手足の指全体がソーセージのように腫れます。

まっしょうかんせつえん 【末梢関節炎】

手足の指先の第一関節にもっとも多く、腫れや痛みが現れます。痛みが長く続くと、ときに関節の強い変形をきたすこともあります。

SELF CHECK

乾癬性関節炎セルフチェック⁵⁾

- 手足の指がソーセージのように腫れたり、痛むことがある。
- 背中が痛むことがある。
- 朝起きてから2時間以上、関節のこわばりを感じる。
- 関節の状態が、日常の動作や仕事に影響を及ぼしている。
- 普通に動けるようになるまでに数分かかることがある。
- 手足の爪に、くぼみや穴があいたような症状がある。

乾癬と診断され、上記項目にひとつでも思い当たる点がある場合、乾癬性関節炎の可能性があります。まずは医師に相談してください。

5) Dominguez, P.L., et al.: Arch Dermatol Res. 301 (8) : 573, 2009. より作成

治療法

現在の治療法は
大きく分けて4種類



塗り薬



飲み薬



光線療法



注射療法

専門医に相談して、
ライフスタイルにあった治療法を選びましょう

乾癬は、残念ながら根本的な治療法はまだ見つかっていませんが、治療によって皮疹や関節症状のない状態を保つことができます。医師は症状以外にも、生活環境などのさまざまな情報をもとに治療法を選択します。同じ治療を続けていても、体調や環境の変化などにより症状が変わってくることがあるので、そのときどきで自分に適した治療法を選ぶことが大切です。



塗り薬（外用療法）

多くの患者さんは、まず塗り薬から治療をはじめます。皮疹に直接薬を塗って症状を改善するもので、以下のような薬が用いられます。

- ステロイド外用薬：炎症を抑える
- 活性型ビタミンD₃外用薬：表皮細胞の異常な増殖を抑える

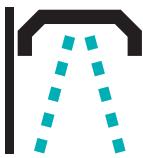
それぞれ、軟膏、クリーム、ローションなどから、塗る部位に適したものを見びります。また、症状に合わせて、塗り薬以外の治療法と組み合わせることがあります。



飲み薬（内服療法）

皮疹が広範囲に広がっていたり、背中など塗り薬を使いにくい場所にできた場合は、飲み薬が使われることがあります。症状に合わせて、塗り薬や光線療法と組み合わせることがあります。

- ビタミンA誘導体：表皮細胞の異常な増殖を抑える
- 免疫抑制薬：免疫の過剰な働きを抑える
- PDE4阻害薬：乾癬における過剰な炎症を抑える



光線療法（紫外線療法）

紫外線のもつ、免疫の過剰な働きを抑制する力を利用し、体に害を与える紫外線を皮疹にあて、症状の改善をうながす治療法です。塗り薬で効果がみられない場合や、皮疹の範囲が広くて薬を塗るのが大変な場合などに行われ、塗り薬や一部の飲み薬、注射療法と組み合わせることがあります。

頻度は光線療法の種類や照射部位の数によって異なりますが、一般的には入院では週4、5回、外来では週2、3回で、20回を1クールとして治療が行われます。



注射療法（生物学的製剤による治療）

「生物学的製剤」とは、化学的に合成した医薬品ではなく、生物が合成するタンパク質を応用して作られた治療薬で、点滴や皮下注射で投与します。乾癬の原因物質と考えられる「サイトカイン」の働きを弱める働きがあり、飲み薬や光線療法で、皮膚や関節症状の改善が十分にみられない場合に使用します。

生物学的製剤の治療は、日本皮膚科学会が導入治療の実施を認めた特定の病院やクリニックでのみはじめることができます。

日常生活で気をつけること



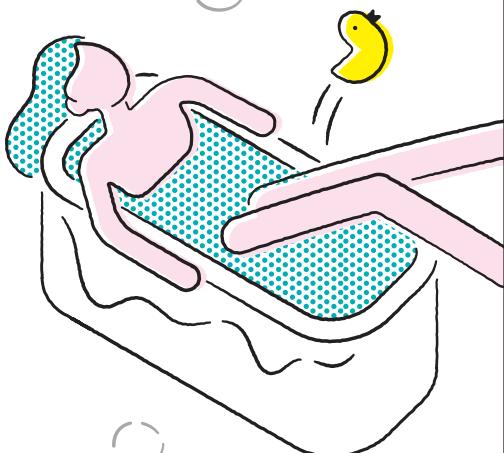
毎日入浴し、 体を清潔に保つ

日々の入浴は、皮膚を清潔に保つだけでなく、皮膚の保湿や心身のリラックスにも有効です。「ぬるめのお湯につかる」「ナイロンタオルよりも手でやさしく洗う」「洗髪は爪を立てず指の腹で洗う」ことを心がけましょう。

ふだんの暮らしで必要以上の制限は不要ですが、皮膚への刺激は乾癬の症状を悪化させるので注意しましょう。

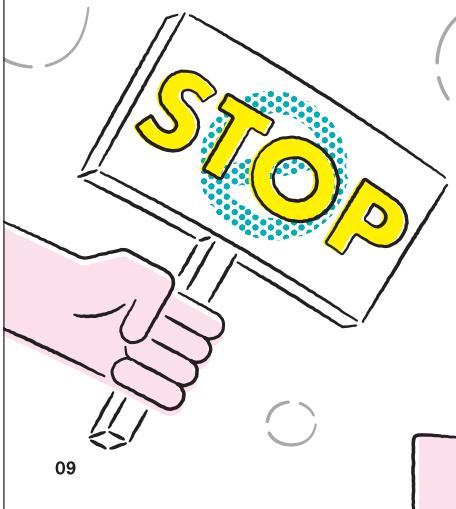
皮膚の乾燥を防ぐ

皮膚の乾燥は、乾癬の症状を悪化させます。加湿器や保湿剤などを利用して、乾燥しないように注意しましょう。



喫煙は控える

たばこは乾癬の症状を悪化させるといわれています。禁煙するよう努めましょう。



感染症に注意

かぜウイルス、虫歯、慢性副鼻腔炎、扁桃炎など、細菌やウイルスが体の中に入ると、乾癬の症状が悪化することがあります。こまめに手洗い・うがいを行い、予防を心がけましょう。



日光浴は適度に

太陽光に含まれる紫外線を浴びることは推奨されますが、日焼けや発汗で発疹やかゆみが悪化する場合があるので注意しましょう。



ストレスを溜め込まない

ストレスは乾癬を悪化させる要因となります。趣味や運動など、自分なりの気分転換・ストレス発散の方法を見つけるとよいでしょう。



乾癬治療における 「高額療養費制度」について

長期間入院したり、高額な治療を受けたりすると、医療費の負担が高額になる場合があります。そのような場合に、家計の負担を軽減させる措置として、一定の額（自己負担限度額）を超えた分の医療費が返還される「高額療養費制度」があります。ご自身の該当区分や申請方法などの詳細については、加入している医療保険の窓口にお問い合わせください。

※ 本項では、公的な医療保険（国民健康保険（国保）、健康保険組合（健保）、後期高齢者医療制度など）を「医療保険」とします。

《医療費の負担が軽減される制度を利用した場合の支払いイメージ》



《知っておきたいキーワード》

【自己負担限度額】

医療費が高額になった場合に、負担が大きくなりすぎないよう設定された上限額。年齢、所得、1カ月の医療費により異なります。（右ページ参照）

【限度額適用認定証】

高額療養費は、後から払い戻されるため、一時的な支払いが多くなってしまうことがあります。「限度額適用認定証」を窓口に提示すると、窓口での支払いを自己負担限度額に抑えることができます。

【高額療養費貸付制度】

高額療養費の払い戻しを受けるまでの約3カ月間、当面の医療費の支払いにあてるために無利子でお金を借りられる制度です。

【多数回該当】^{※2}

直近の12カ月間で、高額療養費の払い戻しが3回以上ある場合、4回目から自己負担限度額がさらに引き下げられる制度です。（右ページ参照）

【世帯合算】

同一世帯（医療保険が同じ）の2人以上の家族が、同月にかかった医療費の自己負担分を合計（合算）して、その合計額が自己負担限度額を超えた場合、高額療養費の適用が受けられる制度です。（ただし、69歳以下の場合は、合算できるのは21,000円以上の自己負担分のみ）

【付加給付制度】

企業などの健康保険組合や共済組合によっては、自己負担額が一定の額を超えたときに、超えた分が付加金として給付される制度です。

《69歳以下の方の自己負担限度額の計算》

所得区分	年収	自己負担限度額 ^{*3}	多数回該当の場合
ア	約1,160万円以上	252,600円+ (総医療費 ^{*1} -842,000円)×1%	140,100円
イ	約770～約1,160万円	167,400円+ (総医療費 ^{*1} -558,000円)×1%	93,000円
ウ	約370～約770万円	80,100円+ (総医療費 ^{*1} -267,000円)×1%	44,400円
エ	約370万円未満	57,600円	44,400円
オ	住民税非課税者	35,400円	24,600円

《70歳以上の方の自己負担限度額の計算》

所得区分	年収	自己負担限度額 ^{*3}	
		外来受診・個人ごとの場合	多数回該当の場合
現役並み所得Ⅲ	約1,160万円以上	252,600円+ (総医療費 ^{*1} -842,000円)×1%	140,100円
現役並み所得Ⅱ	約770～約1,160万円	167,400円+ (総医療費 ^{*1} -558,000円)×1%	93,000円
現役並み所得Ⅰ	約370～約770万円	80,100円+ (総医療費 ^{*1} -267,000円)×1%	44,400円
一般	156～約370万円	18,000円 ^{*4}	44,400円 ^{*5}
	住民税非課税者	8,000円	適用なし

*1 自己負担額と保険者（健康保険組合など）の負担額を合計した総額です。保険者（健康保険組合など）の負担額がわからない場合は、
(自己負担額) ÷ (負担割合)で計算ができます。

*2 治療を受けた月が今年の12月の場合、今年の1月から12月までの12カ月間です。

*3 院外処方の薬剤がある場合はその費用を、処方せんを発行した医療機関（診療科）の費用と合計します。

*4 4年間（前年8月～その年の7月）の自己負担上限額は144,000円です。

*5 外来受信のみ（個人ごと）の場合は多数回該当の適用はありません。

「高額療養費制度」申請の流れ

高額療養費制度を利用するためには必要な書類は、加入している医療保険（保険者）にご確認ください。ここでは、事前申請（＝「限度額適用認定証」の申請）についてご紹介します。

※ 事後申請（払い戻し）も可能です。また、一部の方は「限度額適用認定証」が不要となります。事後申請の詳細は厚生労働省のウェブサイト（www.mhlw.go.jp）内の「高額療養費制度を利用される皆さんへ」をご覧ください。

《事前申請の際、医療保険の窓口に問い合わせて確認すること》

●高額療養費制度の付加給付の有無

●自己負担の上限額 円

●必要な書類 ※保険者や申請者により異なります。

限度額適用認定申請書

印鑑

所得がわかる書類（市町村役場が発行する
非課税証明書など）

保険証

本人確認書類と個人番号（マイナンバー）確認書類

保険者（健康保険組合など）に指定されたもの（ ）

《手続きの流れ》

- ① 保険者（健康保険組合など）の窓口に「限度額適用認定証」の交付を申請する
- ② 保険者より「限度額適用認定証」が交付される
- ③ 医療機関に保険証と「限度額適用認定証」を提出し、自己負担限度額のみを支払う

治療費にまつわる

Q & A

Q. 高額療養費の申請には期限がありますか？

A.

高額療養費の申請期間は、治療を受けた月の翌月1日から2年間と定められています。2年を過ぎてしまうと申請する権利がなくなってしまうので注意してください。

Q. 高額療養費の支給を申請すると、支給までのくらいかかりますか？

A.

高額療養費の支給には、健康保険組合などによる保険医療機関などから提出される診療報酬明細書の確認が必要であるため、支給には診療月から3カ月以上かかります。

Q. 限度額適用認定証は毎月申請しなければいけませんか？

A.

限度額適用認定証には有効期間があり、申請書を受け付けた日が属する月の1日（資格を取得した月の場合は資格取得日）から最長で1年間使用することができます。

Q. 退職、就職などにより保険証が変わりました。以前の保険証で該当した高額療養費の回数を継続することはできますか？

A.

保険者（健康保険組合など）や加入の状態（被保険者から被扶養者、被扶養者から被保険者）などの変更があった場合には、変更前の高額療養費の該当回数を継続することはできません。

監修 NTT 東日本関東病院
皮膚科 部長
五十嵐 敦之 先生



医療機関名



ヤンセンファーマ株式会社



大鵬薬品工業株式会社

2020年1月 TRM-0071 TRM.Pa048.2 20.01.86DS38C-OZ ©Janssen Pharmaceutical K.K.2020



乾癬について詳しく知る
「乾癬ネット」

www.kansennet.jp