

北大肝臓病教室

2020年9月30日（水）発行 vol.3

秋号

～市民公開講座のお知らせ～

「世界肝炎デー」に合わせて実施予定だった市民公開講座が新型コロナウイルスの影響で延期となっていました。今年度は初めてオンラインで実施することになりました。お手持ちのスマートフォンやパソコンから、視聴することができます。詳しくは裏面をご覧ください。

肝疾患の症状の一つ「体がかゆい」

体のかゆみは、慢性肝疾患でも起こりますが皮膚の乾燥からくることも多くあります。それ以外にもアレルギーやストレスから起こることもあります。かゆみが強いときは、冷やすとかなり軽減されます。掻きたくなる気持ちを押さえて一度冷やすことをお勧めします。食品保冷剤だと小さくて使いやすいですね。

体の中心から離れた部分ほど油分が少なく、手足や顔は乾燥しやすい部位です。まずは、保湿剤などで皮膚の脂分を保つ工夫をしてみましょう。入浴を終えたら5分以内に保湿剤を塗ってくださいね。

今からが保湿の強化時期！

肝臓の病気からくるかゆみは脳が感じているかゆみなので、保湿剤など塗り薬でも改善されない場合があります。強いかゆみを感じる方は受診時に、主治医へ相談してみましょう。飲み薬で改善されることも多くあります。