

皮膚搔痒症には  
線維筋痛症の  
治療が有効

戸田克広

皮膚搔痒症には線維筋痛症の治療が有効

〒738-0060

広島県廿日市市陽光台5丁目12番

廿日市記念病院リハビリテーション科

戸田克広

Treatment for fibromyalgia may be effective for pruritus

Department of Rehabilitation, Hatsukaichi Memorial Hospital

Katsuhiko Toda

キーワード：皮膚搔痒症(pruritus)、線維筋痛症 (fibromyalgia)、慢性広範痛症(chronic widespread pain)、慢性局所痛症(chronic regional pain)、治療(treatment)

皮膚搔痒症とは

皮膚搔痒症とは皮膚の外観に異常がないにもかかわらず、痒みが生じる状態である。

線維筋痛症、慢性広範痛症、慢性局所痛症と中枢性過敏症候群

一方、線維筋痛症と言われる慢性痛がある。先進国の有病率は約2% [1]であるが、その不全型あるいは前段階の慢性広範痛症 (chronic widespread pain) の有病率は線維筋痛症を含めると約10%と報告されている [2]。慢性広範痛症のさらに不全型である慢性局所痛症 (chronic regional pain) の有病率は慢性広範痛症のその1-2倍である [2]。日本以外の先進国や英語で医学教育を受けている少なくない非先進国では常識である線維筋痛症がやっと日本に輸入されつつある状態であり、慢性広範痛症や慢性局所痛症は未だにほとんど知られていない。chronic widespread painやchronic regional painの正式の日本語訳はなく、筆者が慢性広範痛症、慢性局所痛症と個人的に翻訳して使用している状態である。身体5か所 (右半身・左半身

・腰を含まない上半身・腰を含む下半身・体幹部）に3か月以上の疼痛があり、18か所の圧痛点のうち11か所以上に圧痛があれば、いかなる疾患が合併していても線維筋痛症と診断される[3]。広義の慢性広範痛症は身体5か所に3か月以上の疼痛がある場合である。狭義の慢性広範痛症は線維筋痛症を含まない。慢性腰痛症や肩こりよりも疼痛の範囲が広いが慢性広範痛症の基準を満たさない場合が慢性局所痛症である。線維筋痛症とは異なり、他の疾患で症状が説明できる場合には通常慢性広範痛症や慢性局所痛症とは診断されない。肩こりや慢性腰痛症から慢性局所痛症、そして慢性広範痛症を経由して線維筋痛症に至ると報告されている[4-7]。慢性局所痛症から慢性広範痛症、線維筋痛症になる従い臨床症状は強くなる[8]。世界では慢性広範痛症に対しては線維筋痛症と同じ治療が行われることが多い[9]。線維筋痛症と同じ治療を慢性広範痛症や慢性局所痛症に行えば線維筋痛症以上の治療成績を得ることができる[10]。線維筋痛症、慢性広範痛症、慢性局所痛症の原因は不明であるが、脳機能の何らかの障害であることが定説になっている[11]。つまり、中枢神経の過敏化（central sensitization）によって引き起こされた中枢性過敏症候群（central sensitization syndrome）である。有病率、症状の多彩さ、有効な治療法の多さの点で線維筋痛症、慢性広範痛症、慢性局所痛症の一群は中枢性過敏症候群の典型例である。

### 皮膚掻痒症は中枢性過敏症候群に含まれる

一方、掻痒が持続すると中枢神経が過敏になり、それが掻痒の原因になる機序が提唱されている[12]。これは痛み刺激が持続すると中枢神経が過敏になり、それが痛みの原因になる機序、つまり中枢性過敏と同様である。Yunusが中枢性過敏症候群を記載した書籍では皮膚掻痒症は中枢性過敏症候群に含まれていないが[13]、皮膚掻痒症は中枢性過敏症候群に含まれると筆者は考えている。この説が正しければ、中枢性過敏症候群に含まれる皮膚掻痒症と、同じく中枢性過敏症候群に含まれる線維筋痛症は類似疾患となり、線維筋痛症に有効な治療は皮膚掻痒症に有効である可能性が出てくる。

### 皮膚掻痒症には線維筋痛症の治療が有効

筆者は線維筋痛症、慢性広範痛症、慢性局所痛症を専門にしている。皮膚掻痒症単独の患者を診察したことはないが、皮膚掻痒症を合併した線維筋痛症、慢性

広範痛症、慢性局所痛症患者は少数であるが治療している。掻痒より疼痛の方が強い感覚であるためか同じ部位に疼痛と掻痒を感じることはないかほとんどない。しかし、疼痛を感じない部位に掻痒を感じることはある。筆者の経験では、線維筋痛症の治療により全身の疼痛が軽減すると、通常は皮膚掻痒症も同様に軽減する。また入院している高齢者がしばしば掻痒を訴える。抗ヒスタミン薬、ウレパールローション<sup>®</sup>やステロイドの外用薬を使用しても掻痒が持続する場合には線維筋痛症の治療を行い、しばしば掻痒が軽減している。全員の掻痒が軽減するわけではないが、それは線維筋痛症などの慢性痛においても同じである。掻痒症に有効な薬物には線維筋痛症に有効な薬物が多数含まれている[14]。

線維筋痛症に有効な治療は散歩などの有酸素運動、受動喫煙の防止を含めた禁煙、認知行動療法、薬物治療などである[2]。線維筋痛症に有効な薬物はノイロトロピン<sup>®</sup>、デキストロメトルファン、アミトリプチリン、ノルトリプチリン、ガバペンチン、プレガバリン、ミルナシプラン、デュロキセチンなどである[2]。詳細は『線維筋痛症がわかる本』（主婦の友社）[2]を参照していただきたい。高齢の皮膚掻痒症患者に対しては副作用が少ないノイロトロピン<sup>®</sup>とデキストロメトルファンを優先的に使用している。皮膚掻痒症の原因は中枢神経の過敏化のみではなく肝硬変などの全身疾患、アトピー性皮膚炎などの皮膚疾患もあるため全例に線維筋痛症の治療が有効なわけではない。しかし、抗ヒスタミン薬と外用薬を使用しても掻痒の軽減が不十分な場合には、匙を投げず線維筋痛症の治療を試す価値はある。

## 引用文献

- 1) Toda K: The prevalence of fibromyalgia in Japanese workers. *Scand J Rheumatol* 36: 140-144, 2007.
- 2) 戸田克広: 線維筋痛症がわかる本. 主婦の友社, 東京, 2010.
- 3) Wolfe F, Smythe HA, Yunus MB, et al: The American College of Rheumatology 1990 Criteria for the Classification of Fibromyalgia. Report of the Multicenter Criteria Committee. *Arthritis Rheum* 33: 160-172, 1990.
- 4) Lapossy E, Maleitzke R, Hrycaj P, et al: The frequency of transition of chronic low back pain to fibromyalgia. *Scand J Rheumatol* 24: 29-33, 1995.
- 5) Forseth KO, Forre O, Gran JT: A 5.5 year prospective study of self-reported

- musculoskeletal pain and of fibromyalgia in a female population: significance and natural history. *Clin Rheumatol* 18: 114-121, 1999.
- 6) Bergman S, Herrstrom P, Jacobsson LT, et al: Chronic widespread pain: a three year followup of pain distribution and risk factors. *J Rheumatol* 29: 818-825, 2002.
  - 7) Nicholl BI, Macfarlane GJ, Davies KA, et al: Premorbid psychosocial factors are associated with poor health-related quality of life in subjects with new onset of chronic widespread pain - results from the EPIFUND study. *Pain* 141: 119-126, 2009.
  - 8) Toda K: Comparison of symptoms among fibromyalgia syndrome, chronic widespread pain, and an incomplete Form of chronic widespread pain. *J Musculoskelet Pain* 19: 52-22, 2010.
  - 9) Toda K: Treatment of chronic widespread pain is similar to treatment of fibromyalgia throughout the world. *J Musculoskelet Pain* 18: 317-318, 2010.
  - 10) 戸田克広: 線維筋痛症と chronic widespread pain (CWP) ・不全型CWPの治療成績の比較. *臨整外* 44: 1203-1207, 2009.
  - 11) Kasper S: The psychiatrist confronted with a fibromyalgia patient. *Hum Psychopharmacol* 24 Suppl 1: S25-30, 2009.
  - 12) Schmelz M, Handwerker HO: Itch. Koltzenburg M Ed, Wall and Melzack's textbook of pain 5th edition. Churchill Livingstone, Philadelphia, 2006; 219-227.
  - 13) Yunus MB: The concept of central sensitivity syndromes. Clauw DJ Ed, *Fibromyalgia & other central pain syndromes*. Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia, 2005; 29-44.
  - 14) Patel T, Yosipovitch G: The management of chronic pruritus in the elderly. *Skin Therapy Lett* 15: 5-9, 2010.

### 著者紹介

戸田克広（とだかつひろ）

1985年新潟大学医学部医学科卒業。元整形外科医。2001年から2004年までアメリカ国立衛生研究所（National Institutes of Health: NIH）に勤務した際、線維筋痛症に出会う。帰国後、線維筋痛症を中心とした中枢性過敏症候群や原因不明の痛みの治療を専門にしている。2007年から廿日市記念病院リハビリテーション科（自称慢性痛科）勤務。『線維筋痛症がわかる本』（主婦の友社）を2010年に出版。電子書籍『抗不安薬による常用量依存—恐ろしすぎる副作用と医師の無関心、抗不安薬の罠、日本医学の闇—』<http://p.booklog.jp/book/62140>を2012年に出版。ブログにて線維筋痛症を中心とした中枢性過敏症候群や痛みの情報を発信している。実名でツイッターをしている。

ツイッター：@KatsuhikoTodaMD

実名でツイッターをしています。キーワードに「線維筋痛症」と入れればすぐに私のつぶやきが出てきます。痛みや抗不安薬に関する問題であれば遠慮なく質問して下さい。私ができる範囲でお答えいたします。

電子書籍：抗不安薬による常用量依存—恐ろしすぎる副作用と医師の無関心、精神安定剤の罠、日本医学の闇—<http://p.booklog.jp/book/62140>

日本医学の悪しき習慣である抗不安薬の使用方法に対する内部告発の書籍です。276の引用文献をつけています。2012年の時点では抗不安薬による常用量依存に関して最も詳しい日本語医学書です。医学書ですが、一般の方が理解できる内容になっています。

・戸田克広：「正しい線維筋痛症の知識」の普及を目指して!—まず知ろう診療のポイント—。CareNet 2011

<http://www.carenet.com/conference/qa/autoimmune/mt110927/index.html>

薬の優先順位など、私が行っている線維筋痛症の最新の治療方法を記載してい

ます。

・ 戸田克広: 線維筋痛症の基本. CareNet 2012

<http://www.carenet.com/special/1208/contribution/index.html>

さらに最新の情報を記載しています。

ブログ：[腰痛、肩こりから慢性広範痛症、線維筋痛症へー中枢性過敏症候群ー](http://fibro.exblog.jp/) 戸田克広 <http://fibro.exblog.jp/>

線維筋痛症を中心にした中枢性過敏症候群や抗不安薬による常用量依存などに関する最新の英語論文の翻訳や、痛みに関する私の意見を記載しています。

線維筋痛症に関する情報

戸田克広: 線維筋痛症がわかる本. 主婦の友社, 東京, 2010.

医学書ではない一般書ですが、引用文献を400以上つけており、医師が読むに耐える一般書です。

通常の書籍のみならず電子書籍もあります。

電子書籍（アップル版、アンドロイド版、パソコン版）

<http://bukure.shufunotomo.co.jp/digital/?p=10451>

通常の書籍、電子書籍（kindle版）

[http://www.amazon.co.jp/%E7%B7%9A%E7%B6%AD%E7%AD%8B%E7%97%9B%E7%97%87%E3%81%8C%E3%82%8F%E3%81%8B%E3%82%8B%E6%9C%AC-ebook/dp/B0095BMLE8/ref=tmm\\_kin\\_title\\_0](http://www.amazon.co.jp/%E7%B7%9A%E7%B6%AD%E7%AD%8B%E7%97%9B%E7%97%87%E3%81%8C%E3%82%8F%E3%81%8B%E3%82%8B%E6%9C%AC-ebook/dp/B0095BMLE8/ref=tmm_kin_title_0)

電子書籍（XPDF形式）

<http://books.livedoor.com/item/4801844>



皮膚搔痒症には線維筋痛症の治療が有効

2013年1月17日 第1版第1刷発行

<http://p.booklog.jp/book/64413>

著者：戸田克広（とだかつひろ）

発行者：吉田健吾

発行所：株式会社ブックログ

〒150-8512東京都渋谷区桜丘町26-1 セルリアンタワー

<http://booklog.co.jp>

## 皮膚掻痒症には線維筋痛症の治療が有効

<http://p.booklog.jp/book/64413>

著者：戸田克広

著者プロフィール：<http://p.booklog.jp/users/katsuhitodamd/profile>

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/64413>

ブックログ本棚へ入れる

<http://booklog.jp/item/3/64413>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのパー（<http://p.booklog.jp/>）

運営会社：株式会社ブックログ