

光線過敏症とは

- 太陽の光に長時間当たれば、誰でも日焼け(サンバーン)して赤くなります。これは普通の反応です。
- ところが、他の人にとっては何でもない程度の日光でも、皮膚が腫れたり、赤いぶつぶつがでるなど異常な皮膚反応を起こした時、光線過敏症の可能性がります。
- 光線に当たらない限り起きない真の光線過敏症のほか、別の原因で起こっている皮膚病が光線に当たることで誘発されたり、悪化する光線増悪性疾患もあります。また、光線過敏症と思い込んでいる方も少なくありません。
- 光線過敏症は普通室内照明で起きることはありません。
- 良くある光線過敏症
 - 多形日光疹
 - 日光蕁麻疹
 - 薬剤による光線過敏症
- 光線過敏症が疑われたら、まずこの三つを鑑別する必要があります。受診前に簡単なテストをしてくられると、診断が容易になります。

光線過敏症を診断するためのテスト

- 光線過敏症は日光に当たったところに限って出る、当たらないところにはでないというのが原則です。
- 原因の波長を知ることが、防御のために重要です
- 紫外線が原因であれば強い日焼け止め(SPF50+, PA++++)が有効です。ガラス越しの光で出るなら、原因はUVAか可視光線です。

テスト法

- 日光が強い晴れた日のお昼前後に20-30分、腕を日光に当てます。
- その時、長袖シャツを肘まで捲り上げ、シャツから露出した前腕の半分に強い日焼け止め(SPF50+, PA++++)を白くなるくらいしっかり全周に塗ります。前腕の先の方半分には何もつけないでおきます。
- 衣類で覆ったところには何も出ないはずですが、日焼け止めを塗ったところは、その効果を確認するためです。何もカバーしていない腕の先の方に何らかの発疹が出れば、照射誘発試験陽性と判断します。生じた発疹がどのようなものであるかも大切です。
- 日光曝露後、肩まで腕まくりをして、カバーしていた部位には何も生じていないとを確認します。
- そのまま日光に当てた前腕の先の方に、何か症状が出たか？
- どのような症状か？(全体が一様に赤く腫れる、ボコボコと虫刺されの様に腫れる、赤いブツブツ)
- 症状は痒いのか、ヒリヒリ痛いのか？
- 当てているうちに出了か？日陰に入ってから出了か？夕方以降に出了か？
- いつまで続いたか？(1時間以内に消えた、2-3日続いた)
- あとかたなく消えたか？
- 日光照射中、照射直後、照射1-15分後、夕方、翌日などのタイミングで経時的に腕全体(上腕から手首まで)の写真をスマホなどで撮って持参して下さい。
- 同じことを反対の腕でガラス越しの日光でやってみることもあります。

衣類で覆う 日焼け止め 露出

