

# 心と体の

# メンテナン

今月のテーマ・夏の日焼け対策

## 紫外線が誘発する皮膚がん UVA、UVBの両方が原因

**Q** 皮膚がんの種類を教えてください。

**A** 皮膚がんというのは皮膚に生じた悪性新生物(腫瘍)の総称です。主なものに基底細胞がん(basal cell carcinoma)・有棘細胞がん(squamous cell carcinoma)・悪性黒色腫(malignant melanoma)などがあります。

**Q** 皮膚がんを誘発する大きな要因は紫外線です。従来はUVBのみが皮膚がんの原因だと考えられていましたが、現在ではUVAも皮膚がんを誘発することが分かっています。

**Q** 皮膚がんの特徴・見分け方は?

**A** 最も多いのが基底細胞がんです。多くの

場合、まず皮膚上に小さな盛り上がりや節のようなものが出来ます。頭や首に現れることが多いですが、ほかの場所に現れる場合もあります。このがんは成長が遅く、ほかの場所に広がることはめったにありませんが、まれに骨にまで達して深刻なダメージを引き起こすことがあります。

次に、有棘細胞がんは皮膚上に、節または赤つぼく醜い斑点のような形で現れます。基底細胞がんとは異なり、大きく広がることもあれば、転移することもあります。

そして、皮膚がんの中で最も恐ろしいのが悪性黒色腫です。がんが現れるのは、紫外線が当たる部位と

は限らず、足の裏や足の指の間に現れることもあります。見た目には次のような特徴があります。①左右対称ではない。②がんの輪郭がはつきりしていない。③色の濃さが一定ではなくムラがある。④鉛筆の先についている消しゴム大以上の大きさ。

皮膚に異常を発見したら、これらの4つの特徴に当てはまるかどうかをチェックして、当てはまるようならすぐに医師の診断を受けてください。このがんは進行がとて速いので、すぐに治療を受けなければなりません。

**Q** 皮膚がんは、どのくらい一般的な病気ですか。

**A** 基底細胞がんは、有棘細胞がんは、65歳以上のアメリカ人の間では40~50%の人が一度はかかるといわれるほど一般的な病気です。昔は紫外線の



ユン・シーン先生  
(Eun Sheen, MD)

アレルギー、美容皮膚専門医。にきび治療、アトピー性皮膚炎や、皮膚のかぶれなどの治療のほか、NAET(自然アレルギー-除去施術)やアレルギー最新治療のSLIT(舌下減感療法)も行う。梨花女子大学医学部卒業。ニュージャージー医科大学でアレルギー-免疫学フェロロシップ修了。

害もよく分かつておらず、サンスクリーンもなかったり、若いときに無防備に紫外線にさらされていたためです。基底細胞がんは有棘細胞がんは早期に治療すれば治り、死に至ることはほとんどありません。

一方、悪性黒色腫は15~29歳くらいまでの若者に見られる皮膚がん、皮膚がんのわずかに3%にすぎないのですが、皮膚がんによる死亡の75%を占めるほど怖いがんです。遺伝や免疫システムの欠陥などの要因も考えられますが、子供のときに紫外線を多く浴びたり、日焼け(サンバーン)を繰り返すことが、悪性黒色腫のリスクを高めます。

**Q** 子供を紫外線から守るためにはどうしたらいいですか?

**A** 赤ちゃんの肌はとてもデリケートです。日焼け止めクリームには防腐剤などさまざまな化

学物質が含まれているので、特に6カ月以下の赤ちゃんを屋外に連れて行く場合は、日傘や帽子、衣服などで肌を紫外線から守ってあげましょう。また、幼い子供に日焼け止めクリームを使用する場合は、化学成分が多く含まれているサンスクリーンよりも、サンブロッックの方が良いでしょう。

※今回は紫外線と肌の老化についてです。

INFORMATION

Nihon Clinic  
15 W. 44th St., 10th Fl.  
(bet. 5th & 6th Aves.)  
TEL: 212-575-8910  
FAX: 212-575-1830  
manhattan44@nihonclinic.com