



## あくしゅ 72号

<http://http://atopynet.la.coocan.jp/>

発行：2017. 7. 25

生活クラブアトピーネットワーク代表：杉山典子

\*\*\*\*\*

\*ストッキングで刺激性皮膚炎□ P1

\*ストッキングかぶれの原因を考える P2~3

\*はちみつ水（手作りイオン飲料）のすすめ P3~4

\*学習会のお知らせ「いい香りに潜む危険」 P5

\*お知らせ P6

\*\*\*\*\*

### ストッキングで刺激性皮膚炎?!

6/21 水曜日、ふんどしパンツ染めの会の講師として井土ヶ谷まで行きました。その際、普段はあまり履かないストッキングをコンビニで購入しました。帰宅後、普段着でくつろいでいると、自分の足を見てびっくり！それはそれはひどい発疹が出ていました。

#### なぜ?!

その日は大雨だったことと、身につけたストッキングによる影響を考えました。今後のためにしっかり原因を突き止めようと購入先のお客さま相談室へ問い合わせました。

購入したストッキングは「抗菌」をうたっており、染色時に制菌剤を練り込んでいる、さらに制菌剤を入れることで生地が固くなるためそれを改善するため「シリコン」を入れているとのことでした。

共に雨という水分で多少なり溶け出すことは考えられるという回答でした。

経皮毒の問題を言われますが、私の発疹も、私の皮膚が体の中にまで薬剤を入れないために早めに出してくれたサインなのだと思います。

最近、直接肌につけるものについてもニオイ対策として「抗菌」、虫よけ対策として「防虫」加工が施された製品が多く売り出されています。しかし、今回身をもって薬剤の怖さを実感したので、皆様に紹介させていただきました。

(藤井)

## ストッキングかぶれの原因を考える

藤井さんの記事を見て、ふと、以前書いたヒートテックかぶれを思い出しました。

「今まで大丈夫だったのかぶれるようになった」もちろん、年齢によって体が変わり、敏感になることもあります。でも、ヒートテックも年々、進化していて練りこみ剤が変わっていました。

そこで、調べてみると、ネット上でもストッキングかぶれは非常に多く、また、夏場はゴムの部分や圧着ストッキングで蕁麻疹が出たりするようです。そして、やはりストッキングも進化していました。以下、原因と考えられることを列挙してみました。

### 1、ナイロン、ポリウレタン等の化学繊維アレルギー

従来から、化学繊維でかぶれを起こす人は多い。近年は、化学繊維でも肌触りの良いものが出ているのですが、気候や、混合の割合によって刺激を受けることがあります。

### 2、制菌加工・消臭加工



身の回りには、こんなものまでというくらい抗菌グッズが溢れています。ところが MRSA の院内感染を防げなかったことから、新たに基準を設けて認証制度がつけられました。それが左のマークです。より、菌の繁殖を防げるのですが、人間の皮膚にはもともと常在菌がいつぱいで、その絶妙なバランスで皮膚を保護しているといわれます。抗菌剤は、そのバランスを破ることになるといわれています。

(黄) 繊維上の皮膚常在菌や有害細菌が増殖しないレベルに抑制します。

(赤) ・医療機関、介護施設等で使用される業務用繊維製品が対象

(紫) 光触媒で活性酸素を造り有機物の分解除去をする、シャツやカーテンな

インテリアに使用



消臭素材は汗や加齢臭などのいやな臭いを、文字通り“消臭”する素材です。用途としてはインナーが主力です。金属化合物、天然抽出物など消臭性能を持つ物質やアンモニア、硫化水素といった臭いの原因となる成分に対する吸着性の高い物質、それらの臭い成分をよく分解する物質を、繊維の内部に含ませたり、生地加工したりすることで、消臭性能を与えます。

インナーのほか、カーテンなどのインテリア、寝具、ユニフォームにも使われます。また、ランニングなどスポーツをする女性が増えてきたことから、こうした用途展開も広がってきました。(日本化学繊維協会 HP の説明)

知らないうちに、繊維にはいろいろな化合物が練りこまれていました。いつものストッキングと違っていても確実に進化していることがわかります。それに体が反応しているわけですね。

### 3、シリコンかぶれ

時計のバンドやスポーツウェア(自転車用等)に使用されるシリコンが、汗でふやけた体に作用して、シリコンかぶれが増えているようです。それを防ぐための保護クリームも出ています。

繊維に制菌加工をする=>肌触りが硬くなる=>シリコンを練りこんで柔らかくする。

つまり、汗をかく運動時や、夏場によくみられるシリコンかぶれかもしれません。(杉山)

### はちみつ水(手作りイオン飲料)のすすめ

いつ本格的な梅雨が来るのかしらとと思っているうちに、いつの間にか夏本番になっていました。

熱中症嚴重注意の予報が毎日のように出ていますが、暑い時の水分補給に最適なはちみつ水を紹介します。

市販の多くのイオン飲料には砂糖が使われていて、身体によいと思って飲み

すぎると子供でも糖尿病を誘発する恐れがあるので要注意です。

作り方は、以下の材料を混ぜるだけです。



- 水 500ml
- 天然はちみつ 大さじ2杯
- レモン汁 大さじ1~2杯
- 塩（真塩などミネラルを含むもの）  
ひとつまみ~小さじ4分の1杯

はちみつは糖類などの混ぜ物のない、精製、加熱していないものを選びます。

レモン汁の代わりに日本薬局方のビタミンC（アスコルビン酸）の粉末を水500mlに対し小さじ4分の1から2分の1入れてもよい。

はちみつに含まれる果糖や麦芽糖はすい臓に負担をかけないが、特に血糖値の気になる人は果糖の多い、結晶化しにくいタイプのはちみつ（アカシア等）を選ぶとよいでしょう。

スポーツや発熱などで激しく発汗した時や熱中症寸前の時には小さじ4分の1程度の塩分を取っても大丈夫ですが、汗だくにならない普通の生活では塩分の取り過ぎになりますので美味しいからといって飲みすぎにはご注意ください。

またはちみつを1歳未満の乳児に与えるのは厳禁です。

### はちみつ化粧水

山や海、プールへ行っとうっかり日焼けしてしまったときに使えます。

はちみつが痛んだ皮膚を修復し、しっとりします。

- 水 100ml
- 天然はちみつ 小さじ2分の1杯
- ビタミンCの粉末 耳かき1杯

化粧水のビンに入れて冷蔵庫保存、1か月で使い切る

以上のレシピは「ひとさじのはちみつ」前田京子著 マガジンハウスを参考にしました。

他にもはちみつの使い方が色々紹介されています。 (片岡)

<アトピーネットワーク 学習会のお知らせ>

## 「いい香り」に潜む危険

～生活にあふれる、除菌、芳香剤、柔軟剤、消臭剤の安全性を考える～

11月17日（金）10時半～12時半

講師：上田 昌文氏

オルタ館内（新横浜より徒歩7分）オルタリアン

参加費 1000円

参加申し込み Email:sugiynoriko@hotmail.co.jp

090-4810-1075（杉山）



\*電話はいつも出られるとは限りませんので、なるべくショートメールかメールで  
氏名 参加人数と緊急連絡先を書いて申し込んでください。

ドラッグストアに行くと、ずらりと並ぶ様々な香りの石鹸、洗剤、柔軟剤、室内、車内用の芳香剤、消臭スプレーや消臭剤の種類之多さとその匂いに驚きます。TVでは「日によって、柔軟剤の香りを変えてみましょう」というコーナーまで放映されています。

かつては臭いのきつい香水が蔓延していましたが、今では、生活臭を嫌って、男女を問わずあらゆる場面で、芳香剤が蔓延しています。

一方で、子供たちの衣料についた香や、近所に漂う洗濯物の香に気分が悪くなったり、頭痛がしたりという人も出てきています。

私たちは、近年のこの現象をどのように考えればいいのか、芳香剤に含まれる化学物質やその影響と、それから身を守る方法を一緒に探っていきましょう。

講師紹介；上田 昌文先生 NPO法人 市民科学研究室代表

1992年に市民による学習グループを発足させて、科学技術関連の社会問題への取り組みを開始し、現在に至る。（財）政策科学研究所の客員研究員。ユニバーサルデザイン総合研究所の客員研究員。科学技術社会論学会の理事メンバー。2005年10月から東京大学「科学技術インタープリター養成プログラム」特任教員等を歴任。

アトピー相談 TEL : 045-471-1733

毎月、第1、第3木曜日 10時～13時

メール相談始めました。

宛先：[sugiymn@gmail.com](mailto:sugiymn@gmail.com)

必ず氏名を教えてください。メールの返信には数日かかることがあります。ご了承ください。

\* 出前講座実施中 (各7000円 材料費別)

少人数でも結構です。お気軽にアトピーネットを呼んでください。

化学物質とアレルギー 食物とアレルギー 予防接種とアレルギー  
エッグポプリ作り 虫よけスプレー、虫刺され軟膏づくり  
アロマスプレーづくり

\* 《会費》 年間 1500 円 17年度 会費をお願いします。

※機関紙はメール便にて発送の為、退会や住所他変更のある場合は必ず連絡ください。

〒222-0033

横浜市港北区新横浜2-2-15パレアナビル5F

生活クラブ生協内 たすけあい推進室 アトピーネットワーク

<入会、問い合わせ先>

TEL 090-4810-1075 FAX 045-413-5022 (杉山)

あくしゅ72号編集 杉山 藤井 片岡