

Hisamitsu®

手の汗で困っていませんか？

げん ばつ せい しゅ しょう た かん しょう
“原発性手掌多汗症”の話



監修

愛知医科大学 皮膚科学講座 特任教授

大嶋 雄一郎 先生

思い当たることがあれば、「原発

テスト対策



天に向かって..



少しでも手の汗が気になったら、

せい しゅ しょう た かん しょう
性手掌多汗症」かもしれません。

やせがまんじせないもん



冬が好き!



お医者さんに相談してみてください。

「げん ばつ せい しゅ しょう た かん しょう原発性手掌多汗症」とは？



むすぶ先生

原発性手掌多汗症とは、手のひらに性格や体質の問題ではなく、治療法
まう人が少なくありません。

ノートに文字を書くときや、友だち
場面で、つらい思いをしてしまうこと
を避けるようになったり、うつなどを

■ 19人に1人が、原発性手掌多汗症を抱えています。

原発性手掌多汗症に悩んでいる人は、日本に約493.1万人
いると言われており、これは、日本の人口のおよそ19人
に1人。1クラスの中に平均2人はいる計算です。

出典: Fujimoto T, et al.: J Dermatol 2013; 40(11): 886-90.

■ 平均発症年齢は、13.8歳。

発症が多いのは心も体も変化の大きい思春期で、ピークは
15～29歳。平均発症年齢は13.8歳とされ、小学校高学年
～中学生のころに気づくケースが多くみられます。

出典: Fujimoto T, Inose Y, Nakamura H, et al: Questionnaire based epidemiological survey of primary focal hyperhidrosis
and survey on current medical management of primary axillary hyperhidrosis in Japan, Arch Dermatol Res, 2022. doi:
10.1007/s00403-022-02365-9. Online ahead of print.



コントロールできないほどの汗をかいてしまう疾患です。
が見つかっている症状です。しかし、ひとりで抱え込んでし

と手をつなぐときなど、どれも「当たり前に行えるはず」の
があります。汗が原因で周囲の目が気になり、人との接触
併発するケースもあります。

こんな悩みはありませんか？



- 紙が濡れてふやけてしまう
- 握手ができない
- スマートフォンやパソコンの
操作がしにくい
- スポーツや楽器などが制限
されてしまう




「げん ばつ せい しゅ しょう た かん しょう原発性手掌多汗症」の診断

■ 原発性手掌多汗症の診断基準¹⁾

手の汗のかき方や量が気になる方は、こちらのチェックシートに記入して、医師に相談してみましよう。

		はい	いいえ
	手汗について思い当たる原因がない (病気、服用しているお薬など)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	手汗が6ヶ月以上続いている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1	最初に手の多汗症状が出たのが25歳以下	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	左右の手のひらに汗をかく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	睡眠中は発汗が止まっている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	1週間に1回以上、手の多汗症状がみられる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	家族に同じ症状の方がいる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	手汗のために日常生活に支障をきたしている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

 の2項目に該当し、さらに1～6の質問のうち2項目以上当てはまる場合は「原発性手掌多汗症」かもしれません。

Webサイトでもチェックできます。

<https://www.hisamitsu.co.jp/tenoase/checksheet>



※携帯電話・スマートフォンは、院内等のルールに従ってご使用ください。

方法

■ 主な治療法

塗り薬

- ・抗コリン
- ・塩化アルミニウム



注射薬

- ・ボツリヌス毒素

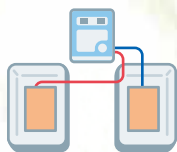


飲み薬

- ・抗コリン



イオント フォレーシス



手術



ぼくは、手にたくさんの汗をかきちゃうんだけど、
それをずっと体質だと思ってたんだ。

プリント渡すとき、汗で紙がぶにゅぶにゅになって
恥ずかしいなって思ったり。

ゲームしてる時も、手の汗で"すべ"って
うまく操作できなかったり。

治らないし仕方ないってずっと思ってたけど、
最近では治療法も増えてるって、むすぶ先生が言ってたから
自分に合った治し方を見つけようって思えたよ。

「こんな症状があること」「治療ができること」
「ひとりで悩まなくていいこと」
を知ってもらうことが、とても大切ななと思っています。

この冊子が、誰かの気づきと支えになれますように。
少しでも手の汗が気になったら、皮膚科の先生に
相談してみてね。ひとりじゃないよ！

てっこより



手汗のお悩み
解決情報サイト

みんなの手の汗サイト

手の汗 久光



<https://www.hisamitsu.co.jp/tenoise/>

※携帯電話・スマートフォンは、院内等のルールに従ってご使用ください。



作成:久光製薬株式会社
2026年3月作成

AHLS019R00d