

とよ・たち

□□□-□□□□

。 美肌通信

1月号



皆様は冬になると皮膚が乾燥し痒くなった経験
はありませんか？ 今日早では、乾燥肌ニドライスキン
について解説し、ドライスキンを悪化させたりホイントに
ついて紹介致しまお、先ずドライスキンとは、どうゆう
ものかについて説明させて頂きます。

ドライスキンとは、皮膚に潤いが無くなり乾燥し
た状態を指します。皮膚を乾燥から守るための
働きとしては、④を参照して下さい。①角層の皮脂
②天然保湿因子 ③角質細胞間脂質といった
各種の保湿因子の作用が重要です。①皮脂は、
角層表面に膜様に広がり水分の蒸散を抑え封。
②天然保湿因子は顆粒層にあるケラヒアリン
顆粒に由来するフィラグリンの代謝産物で主成
分はアミノ酸です。(チョットカッコ付けて難い事を
書いてみました(笑))

③角質細胞間脂質とは皆様も一度は化粧品
CM等で耳にしたことのあるセラミドです。

(いかにもセラミド入りの化粧水などと言われた
ら効果がありそうで女性は飛びついてしま
うかも知れませんね — ...)

そのセラミドは角層の細胞と細胞をくっつけている
いわば「接着剤」の様なもの、角質細胞及び
それより下層の皮膚の水分を外に逃がさない様
にしている働きがあります。これら①②③の保
湿因子が何らかの原因で減少することでドライ
スキンになってしまうのです。

ではその「何らかの原因」とは何でしょう？

① 皮脂の分泌にはホルモンが関係し、そのホルモンの分泌量は性別や年齢によって異なるため、皮脂の分泌量も影響を受けます。例えば「生後6ヶ月までは生まれる前(胎児時代)のママからのホルモンがまだ残っているため、皮脂が比較的良く出ます。しかし生後6ヶ月以降になると自分だけのホルモンで生きていかなければならぬために、12~13才頃までの思春期頃までは皮脂の分泌量が低下しドライスキンの傾向になります。しかしホルモンの分泌量が増えてくる思春期以降になると再び皮脂の分泌が活発になります(その代わりに、この頃になるとニキビになり易いのです)。

また、セラミドや天然保湿因子は加齢と共に低下する。この事実があり、この事も小児や高齢者がドライスキンになり易い原因の一つなのです。

⑧ アトピー性皮膚炎もドライスキンになり易い原因の
疾患です。最近の研究では、アトピー性皮膚炎の
多くは生まれつきセラミドやフィラグリンといった
保湿因子を遺伝子レベルで作り出す事が出来
ないため、ドライスキンになってしまうという事が分
かっています。

では、ドライスキンを放置せず早期に治療すべき
理由を申し上げます。

(前述①②③)の保湿因子の減少 $\xrightarrow{\text{により}}$ 皮膚のバリア
機能が低下 \rightarrow 外界からホコリ・異物等のアレルゲ
ン(アレルギ-を起す原因物質のこと)が容易に浸入し
やすくなる $\xrightarrow{\text{よって}}$ 初めの炎症が生じる。 $\xrightarrow{\text{その結果}}$
痒みを感じる神経(d線維という)が皮膚の浅い所
まで伸びてきて痒みを感じやすくさせる様になっ
てします。 $\xrightarrow{\text{さあ}}$ 皆様痒くなれば老若男女
問わずどうしますか? $\xrightarrow{\text{さあ}}$ 痒く!! のです。
 $\xrightarrow{\text{痒くと}}$ 更に炎症が強くなる $\xrightarrow{\text{これが}}$ 負のスパイ
ルの始まりです。 $\langle\langle$ 痒い \cdot 痒く \cdot サイクル $\rangle\rangle$

これがドライスキンを放置した結果起こる湿疹皮膚炎群
(乳児湿疹・アトピー性皮膚炎・老人性乾皮症・皮膚欠乏性湿疹 etc...)

次に治療です。

- 1) 軽度なドライスキン → 保湿剤外用
 - 2) 中等度以上のドライスキン
及び
 - 3) ドライスキンを通り越り
た湿疹皮膚炎群
- (ステロイド外用剤
や
タクロリムス軟膏
+
保湿剤外用)

★ 非ステロイド系抗炎症剤 (NSAIDs) は、
接触皮膚炎 (かぶりのこと) を よく引き起
こす ので 正当な皮膚科医は、こと
今回のテーマである ドライスキンを起す
疾患群には通常使用致しません。
学会レベルでもその様になっていいることを
強調しておきます。

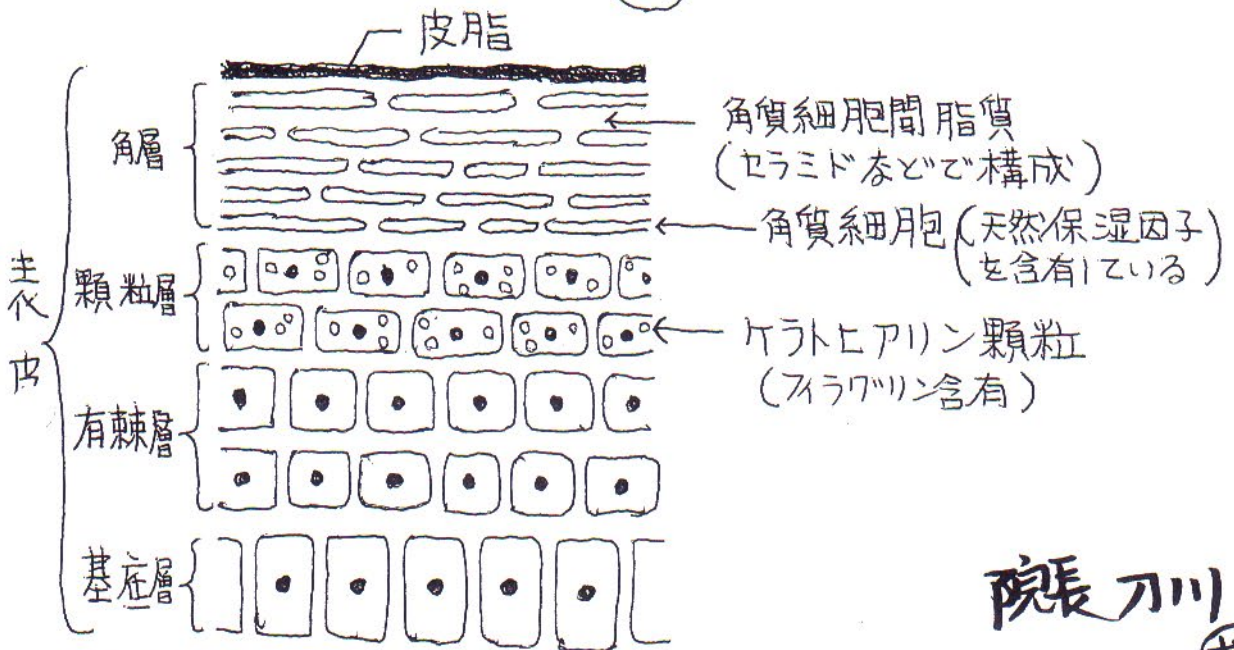
最後に日常生活における注意点を述べさせて
頂きます。

- 熱いお湯での入浴は避けましょう。
- 石鹸は基本的に使って頂いて OK です。
但し日々使っていて問題がないものや
弱酸性や低刺激性のものをお勧め
します。(お困りの方はご相談下さい)。
- 体は手で洗う。手の届かない所は木綿の
タオルで 優しく洗う。 ナイロンや垢コスリ
は絶対に使わない。

- 入浴後はタオルで優しく拭く。
- 保湿剤等の外用剤は入浴後10分以内にぬる。少々の体が湿っている状態で外用してもかまわない。
- 冬などの乾燥時期は保湿剤等は継続的に外用する。

さあ、以上を守って、冬のカサカサ肌からスバスバ肌になりましょう!!

(四)



院長 刀川

(押)

以下 真皮 さらに皮下脂肪

お友達紹介 今月のお友達は、若色看板(株)の
 エース 関口浩司 様です。当クリニックの野立て
 看板をはじめ、クリニック内の掲示物等を作成して頂きました。
 では宜しくおねがい致します。