

## 皮膚科学の進歩に寄与する研究報告書

### 炎症性皮膚疾患：

#### 敏感肌・アトピー・酒さに対する化粧品の効果とは？

敏感肌・アトピー・酒さなどの炎症性皮膚疾患に共通しているのは、ターンオーバー（皮膚の新陳代謝）機能が低下し、角質が薄くなり皮膚バリア機能が低下していることです。そのため、紫外線や異物が侵入しやすく、アレルギー反応や炎症がみられます。

#### ●炎症性皮膚疾患を繰り返さないおススメの手入れ：

洗顔はぬるま湯で行い、洗顔後の化粧品はリノール酸含有の合成界面活性剤不使用のエマルジョン化粧品を使用します。とにかく症状を早く緩和したい場合は、皮膚科専門医に相談してください。

1. 敏感肌：ターンオーバー（皮膚の新陳代謝）が低下すると、角質が薄くなり、皮膚バリア力が弱くなっています。そのため、紫外線や化粧品配合の化学薬剤などの外部刺激に対して過敏に反応しやすくなります。
2. アトピー性皮膚炎：ターンオーバー（皮膚の新陳代謝）機能が低下し、角質が薄くなり、皮膚バリアが壊れたために起きる慢性的な炎症性皮膚疾患です。特徴として、かゆみ、赤み、乾燥、ひび割れなどの症状が現れます。年代や性別に関係なく発症します。洗顔はぬるま湯を中心に行い、メイク化粧品や化学薬剤中心のスキンケア基本製品「化粧水・乳液・クリーム」、または症状を消すためのスペシャルスキンケア製品の使用はできるだけ避けます。
3. 酒さ（ロザケア）：加齢によるターンオーバー（皮膚の新陳代謝）の遅れが深く関与しているため、化粧品で完全に治すことは難しいです。加齢によりターンオーバー機能が低下し、角質が薄くなり、皮膚バリアが壊れることで起きる慢性的な炎症性皮膚疾患です。特に中年以降の女性に多く見られますが、男性にも発症します。顔の赤み、ほてり、ヒリヒリ感、ニキビのような丘疹や膿疱が特徴です。洗顔はぬるま湯を中心に行い、メイク化粧品や化学薬剤中心のスキンケア基本製品「化粧水・乳液・クリーム」、または症状を消すためのスペシャルスキンケア製品の使用はできるだけ避けます。スキンケアは根気よく続けることが大切です。

併せて、外出時は日陰・日傘・帽子を活用し、長時間の屋外活動時には日焼け止めやビタミンC配合の化粧品を使用します。

炎症性皮膚疾患の方は日頃から皮膚バリアを強化するスキンケアを行い、バランスの取れた食事、十分な睡眠、適度な運動など健康的な生活習慣を維持します。