

# 皮膚科学の進歩に寄与する研究報告書

## 皮膚科学に基づくスキンケア選び

－皮膚のホメオスタシスと皮膚バリアの視点から－

皮膚はもともと肌を美しく健やかに保つバリア機能を備えています。しかし、乾燥、紫外線、酸化などの有害な要因によって、このバリア機能は徐々に衰えていきます。

### ●皮膚バリアの役割

皮膚バリアは、外部からの有害物質や病原体の侵入を防ぎ、内部の水分を保持する役割を果たします。このバリアが損なわれると、乾燥や炎症、感染症のリスクが高まり、健やかで美しい肌を維持することが難しくなります。

### ●理想的な素肌にする皮膚のホメオスタシス

皮膚のバリアは絶えず変化し衰えますが、それに対抗する力として、ヒトの皮膚は安定した健やかで美しい肌を維持する恒常性を持っています。肌トラブルが治るのも、理想的な素肌を維持できるのも、この恒常性(ホメオスタシス)によるものです。

皮膚バリアを一定に保ち、元通りに戻そうとする恒常性のことを皮膚のホメオスタシスといい、結果として健康で美しい肌を維持・回復させるものです。

トラブルが起きたり、理想的な肌が維持できなかつたりする場合は、皮膚のホメオスタシスが適切に機能しておらず、バリア機能が十分に発揮されていないことを意味します。

### ●スキンケア化粧品の役割

皮膚のホメオスタシスが適切に機能せず、バリア機能が十分に発揮されないときに、スキンケア化粧品を使用します。スキンケア化粧品の使用目的は、皮膚バリアの要である角質細胞間脂質のラメラ構造の形成に必要な成分を補い、皮膚のバリア機能を助けることです。これにより、健やかで美しい肌を維持し、あるいは健やかで美しい肌を作り出すことができます。

### ●理想のスキンケア化粧品

皮膚バリアの要である角質細胞間脂質のラメラ構造の形成に必要な成分は、必須脂肪酸の「リノール酸」です。それ以外の成分は、すべてターンオーバーの過程で生体を作り出します。

理想のスキンケア化粧品とは、リノール酸を含有し、合成界面活性剤を使用しないエマルジョン化粧品です。合成界面活性剤は皮膚のバリアを破壊する可能性があるため、これを含まない製品が推奨されます。市場に出回っているほとんどの化粧品は、「皮膚のホメオスタシスと皮膚バリアの視点から」見れば、適切でないとわざるを得ません。