

## 肌トラブルと肌老化は誰が起こす、肌自身

肌は紫外線や異物の侵入を防ぎ、水分の蒸散を防ぎ、「バリア機能」のあるバリアとして働きます。このバリアの要は、細胞間脂質のラメラ構造の脂質層であり、外部からの有害物質の侵入を防ぎ、水分の蒸散を防ぐことで、内部の水分を保持する役割を果たしています。肌はバリア機能のあるバリアが備わることで、美しい素肌や皮膚老化の防止、様々な肌トラブルの解消、そして化粧映えのする肌、つまり、「なりたい肌」になれるのです。

肌の大敵である「紫外線」「空気乾燥」は、いずれも活性酸素の生成を促進し、これが皮膚バリアの要である細胞間脂質のラメラ構造(第1次防衛機構)の脂質層の脂質と結合し、過酸化脂質を生成し、皮膚バリアにダメージを与える共通の要因となっています。また、「合成界面活性剤」は、皮膚バリアの要である細胞間脂質のラメラ構造(第1次防衛機構)の脂質層の脂質を溶出させ、皮膚バリアを壊します。

「紫外線」「空気乾燥」「合成界面活性剤」は、第1次防衛機構の要である細胞間脂質のラメラ構造を壊し、皮膚バリアを壊します。しかし、美しい素肌や皮膚老化の防止、様々な肌トラブルの解消、そして化粧映えのする肌、つまり、「なりたい肌」になれず、長期的には肌トラブルや老化の原因となるのは、第1次防衛機構が損傷した場合に発動される防御メカニズム第2次防衛機構です。これには主に二つの反応があります。

1. 角質肥厚: 皮膚が厚くなることで、紫外線・細菌・化学薬剤などの異物侵入や水分蒸散からの防御を強化します。
2. 免疫反応: 皮膚バリアが壊れると、水分が蒸散し、紫外線・細菌・化学薬剤などの異物が角質層の下へ侵入しやすくなります。これにより、白血球が活性酸素を生成して異物を攻撃します。

これらの反応は、皮膚が自己防衛のために行う自然なプロセスで一時的には有益です。しかし、これが過剰になると、肌トラブルや老化の原因となります。この皮膚科学の基本的な理解に基づいた事実を、ほとんどの方は知りません。