

皮膚科学の進歩に寄与する研究報告書

すでにできた「たるみ肌」に悩む方へ

たるみは、長年の紫外線の影響で皮膚(表皮・真皮)構造が崩れ、その皮膚を支える筋肉や靭帯の衰えが原因です。具体的には、紫外線によるこれらの構造にとって非常に重要な成分であるコラーゲンやエラスチンの破壊が原因です。また、加齢や生活習慣の影響として、体内のコラーゲン生成量の減少や喫煙などが、たるみの進行を促進します。

※喫煙によって体内に取り込まれるタールやその他の有害物質は、活性酸素を生成し、これが細胞に損傷を与えることでたるみの進行を促進します。活性酸素は、加齢やストレスなどで抗酸化物質が不足すると細胞や組織にダメージを与えるため、喫煙はたるみのリスクを高める要因の一つとなります。

●すでにできたたるみ肌に悩む方へ

たるみ肌の軽減には、フェイシャルエクササイズや美容整形手術など、他の対策も併用することが推奨されます。すでにできたたるみ肌を一般用・薬用問わずスキンケア製品で完全に解消するのは限界があり難しいです。

●すでにできたたるみ肌に対して:

1. 筋肉を鍛える: 顔の筋肉を鍛えるフェイシャルエクササイズを行うこと。これは、たるみの軽減だけでなく、予防にも役立ちます。
2. 美容整形手術: たるみを効果的に解消する手段ですが、リスクや費用を考慮する必要があります。

●ハリを作る保湿スキンケア製品に対する注意点

すでにできたたるみ肌に対して例えば、オールインワン製品を使ったハリを作る保湿スキンケアが推奨されることがありますが、これは一時的に角質層に水分を吸収させて肌が膨らんだ状態を作り、たるみを目立たなくしているにすぎません。

かえって、これらの製品に含まれる合成界面活性剤が皮膚バリアを壊し、紫外線の侵入をより許し、表皮・真皮構造の破壊や、皮膚を支える筋肉や靭帯の弱体化などのダメージを増幅させるため、たるみ悪化につながりやすくなります。