

リノール酸とインボルクリン、セラミド

皮膚バリアにとって、リノール酸やインボルクリン、セラミドの成分が果たす役割は重要ですが、皮膚バリア機能に関する役割の重要度は全く違います。リノール酸は、皮膚バリア機能に直接関与する非常に重要な成分ですが、ターンオーバーの過程で自然に生成されるインボルクリンとセラミドは、皮膚バリア機能には全く関係ありません。しかし、リノール酸は必須脂肪酸の一種である不飽和脂肪酸で、ターンオーバーの過程で生成されません。補給する場合は、食べ物から摂取する際には摂り過ぎが体の健康に良くないため注意が必要ですが、化粧品等で外部供給した場合、角質層に浸透してセラミドと結合し、アシルセラミドを形成し、皮膚バリア機能を修復強化します。皮膚バリアにとっての重要性は、非常に高く評価されています。

●リノール酸

- 役割: セラミドと結合してアシルセラミドを形成、皮膚バリア機能の強化。
- 供給源: 食事やスキンケア製品から外部供給。食事から摂取する場合は、摂りすぎに注意。心血管疾患や糖尿病のリスクが高まる可能性があります。
- 重要性: アシルセラミドの構成成分として、皮膚のバリア機能と角質水分保持に不可欠です。リノール酸が不足すると、皮膚バリア機能低下が生じます。

●インボルクリン

- 役割: 角質細胞の強化。
- 生成場所: 角質細胞が表皮から角質層に移行する過程(ターンオーバー)で作られ、個々の角質細胞を強化し、角質細胞が硬く強固になるようにサポートする役割を果たします。強固な「角質化膜」を形成します。この構造は、角質細胞が硬く強固になるための重要な要素です。
- 重要性: インボルクリンは肌を外部のダメージから守るための角質細胞を保護するシートです。

●セラミド

- 役割: 保湿剤。水分を吸着保持し、水分蒸散を遅らせますが、皮膚のバリア機能をサポートする機能はありません。
- 生成場所: 角質細胞が表皮から角質層に移行する過程(ターンオーバー)で作られ、細胞間脂質の主成分です。
- 重要性: 水分を吸着保持し、水分蒸散を遅らせます。

●まとめ

- インボルクリンやセラミドは、生体が自然に作り出す成分で、角質層を通してのモノの出入りをコントロールする皮膚のバリア機能とは無関係です。
- リノール酸は、外部からの角質層へ浸透させ、セラミドと結合して、アシルセラミドを形成し、皮膚のバリア機能の修復強化に重要です。