

皮膚科学の進歩に寄与する研究報告書

従来のスキンケアと海の森化粧品お手入れの違い

下記文章中の『対処療法としての薬物療法』を『従来のスキンケア』、『原因(根本)療法としての呼吸筋の強化』を『海の森化粧品お手入れ』に置き換えて読むと、『従来のスキンケア』と『海の森化粧品お手入れ』の違いを理解しやすくなります。

●薬の気道拡張効果(対処療法的効果)

気道を広げる薬(気管支拡張薬:吸入ステロイド)は、一時的に気道を広げて呼吸を楽にします。一般的に、効果は数時間から12時間程度持続しますが、効果が切れると気道は元の状態に戻ります。

●気道拡張方法は、対処療法と原因(根本)療法の2種類に分類されます:

1. 対処療法としての薬物療法:

- **気管支拡張薬:** 一時的に気道を広げ、呼吸を楽にします。効果が切れると気道は元の状態に戻ります。
- **吸入ステロイド:** 炎症を抑え、気道を広げます。効果が切れると気道は元の状態に戻ります。

2. 原因(根本)療法としての呼吸筋の強化:

- **呼吸リハビリテーション:** 呼吸筋を強化する運動やトレーニングを含み、呼吸効率を向上させ、気道拡張効果が長期間続きます。
- **パーストリップ呼吸:** 口をすぼめて息を吐くことで呼吸を安定させ、呼吸効率が向上します。これにより、気道拡張効果が長期間続きます。

●まとめ

- 薬による気道拡張効果は一時的であり、持続時間が限られています。
- 呼吸筋を強化する運動やトレーニングは、気道を広げるのに非常に有効で、持続的な効果をもたらします。
- これらの方法を併用することで、呼吸が楽になり、効果的に呼吸効率が向上し、長期間の気道拡張効果が期待できます。