

スキンケアにおける因果の法則を理解すると…

この法則を理解することで、かゆみや荒れ、シミ、しわなどの様々な肌トラブルを解消、または発生を防ぐためには、保湿化粧品を使った保湿ケアではなく、皮膚バリアを維持することが、どれほど重要かがわかります。この科学的に証明された事実を、多くの人は知らず、理解していないのが現状です：

1. **特定の行為や環境：**
 - 気候、紫外線、汚染物質、合成界面活性剤配合の保湿化粧品や洗浄剤、空気乾燥、加齢などの環境要因が原因で、皮膚バリアの崩壊(角質細胞間脂質のラメラ構造の脂質層の破壊)を引き起こす。
 - 皮膚バリア崩壊に一番影響を与えるのは環境要因でその中で特に影響力があるのが合成界面活性剤配合の保湿化粧品や洗浄剤という点が重要。
2. **皮膚バリアが崩壊すると：**
 - バリア機能が喪失。
 - 「皮膚を守るために外部からの有害物質の侵入や内部からの水分蒸散を防ぐ」バリア機能がなくなる。
3. **バリア機能の喪失が引き起こす結果：**
 - 角質水分保持力の低下を引き起こす。
4. **角質水分保持力が低下すると：**
 - 肌の乾燥を引き起こす。
※バリア機能が損なわれると角質水分保持力の低下だけでなく、外部の有害物質や微生物が侵入しやすくなり、免疫システムが活性化されることが考えられます。これによって炎症やアレルギー反応が引き起こされますが、多くの文献や論文が『乾燥』に焦点を当てる理由の一つは、乾燥が非常に一般的であり、かつ治療可能な問題であるからです。また、乾燥が他の肌トラブルの引き金となることも多いので、初期段階での乾燥対策が重要とされています。
5. **肌が乾燥すると：**
 - ターンオーバーが滞り、古い角質が剥がれない。
6. **古い角質が剥がれないと：**
 - 角質肥厚を引き起こす。
7. **角質肥厚が起きると：**
 - ターンオーバーが乱れる。
8. **ターンオーバーが乱れると：**
 - バリア機能のある角質層が形成されない。
9. **バリア機能が再生されないと：**
 - 角質水分保持力が低下する。
10. **角質水分保持力が低下すると：**
 - 再び肌が乾燥する。
11. **再び肌が乾燥すると：**
 - 新たな肌トラブル(乾燥、かゆみ、荒れ、シミ、しわ、ニキビなど)が発生する。