

## 乾燥肌対策には保湿ケア。その認識は問題

-科学的事実を元にした、効果的なスキンケア方法『深層ケア』の提案-

乾燥肌(角質水分保持力低下による肌乾燥)は短期的に角質層が乾燥している状態で、ざらつきやツツパリ感などの初期症状が見られます。乾燥肌の初期段階では、主に角質層の水分保持力低下による直接的な乾燥を意味します。

この時、一般的に認知されている保湿ケア、つまり化粧水で水分を補給し、乳液やクリームで油分のフタをする方法が用いられます。しかし、この方法で乾燥肌が解消されるかと言えば、それだけでは十分ではありません。

皮膚バリアを修復し、角質水分保持力を向上させることが重要です。多くの方が保湿ケアを信じて行っていますが、その認識には問題があります。

一般的に広く認知されている「保湿ケア」の方法は、即効的で効果的とされていますが、その効果はあくまで一時的です。

### ●保湿ケアの効果と限界

保湿ケアの一般的な方法:

- 化粧水で水分を補給し、その後乳液やクリームで油分を与えてフタをすることで、水分が逃げるのを防ぐ。

効果:

- 乾燥肌の初期段階では、水分補給を行い、皮膚の表面を保護することで、ざらつきやツツパリ感を即効的かつ一時的に軽減できる。

限界:

- これは一時的な対処療法に過ぎない、根本的な問題(皮膚バリアの破壊や角質水分保持力の低下)を解決しない。

### ●科学的事実に基づく深層ケア『皮膚の構造的な問題や内部で起きている具体的なトラブルや異常を解決するためのケア』の重要性

皮膚バリアの修復:

- リノール酸含有のエマルジョン化粧品やその他のバリア修復成分を含む製品を使用することで、皮膚バリアを修復・強化し、バリア機能を強化し、角質水分保持力を向上させることができます。

根本的なアプローチ:

- 単なる保湿ケアではなく、皮膚バリアを修復し、ターンオーバーが機能することが重要です。これにより、他の肌トラブルや二次的な症状の発生を防ぎ、長期的な乾燥肌や敏感肌を防ぐことができます。

### ●結論:

- 一時的な保湿ケアだけでなく、科学的に裏付けられた深層ケアを取り入れることで、肌のトラブルを根本から対策することが可能です。本研究報告書は非常に的確で、現代のスキンケアにおいて重要な視点です。