

皮膚科学の進歩に寄与する研究報告書

乾燥肌をそのままにするか、健やかな普通肌に戻すか

乾燥症状がなくなった後、また乾燥を繰り返す乾燥肌に戻ってもいいのか、それとも、乾燥を繰り返さない健やかな普通肌に戻りたいのか、目指す結果『どのような肌になりたいか』をはっきりさせることが重要です。ほとんどの方は『どのような肌になりたいか』を明確にしないまま、目に見える症状だけで判断してしまうため、適切なスキンケアができていません。

たとえば、乾燥肌の場合、ほとんどの方は『どのような肌になりたいか』を考えずに、乾燥症状『結果』だけを見て、安易に保湿ケアだけに頼ってしまいます。これでは、乾燥症状がなくなった後、また乾燥を繰り返す乾燥肌に戻ります。乾燥を繰り返さない健やかな普通肌に戻りたい場合、肌トラブル因果の連鎖レベル『進行段階』を理解して、ケアを行う必要があります。必ず、結果には、原因があるのです。

『どのような肌になりたいか』を明確にしないと、ただ保湿するだけでいいのか、それとも根本的に肌を健康にする『普通肌に戻す』ケアが必要かを判断することができません。

●肌トラブル因果の連鎖レベル『進行段階』

1. 皮膚バリアの状態が悪化
2. バリア機能が低下
3. 角質水分保持力が低下
4. 乾燥状態あるいは敏感肌が発生
5. ターンオーバーが乱れる
6. 長期間角質剥離不全(古い角質が肌表面に残る)が起きる
7. 長期間角質肥厚(角質層が過剰に産生)が起きる
8. 長期間バリア機能のある角質層が再生されない
9. 長期間角質水分保持力あるいは過敏反応抑制力が低下する
10. 長期間肌が乾燥あるいは敏感
11. 長期間他の肌トラブルや二次的な症状が発生(アトピー、かぶれ(接触皮膚炎)、アレルギー反応、じんましん、紅斑、慢性的なかゆみ、湿疹など)

●目指す結果、つまり『どのような肌になりたいか』