

皮膚科学の進歩に寄与する研究報告書

洗顔製品だけでなくスキンケア製品も、美肌を作る始まり？美肌を壊す始まり？どっちも真実。

スキンケア製品にはメリットとデメリットの両方が存在します。皮膚のバリア機能を考慮したアプローチは非常に重要です：

●スキンケア製品が美肌を作る

1. 保湿と栄養: 保湿クリームや美容液は、肌に必要な水分と栄養を補給します。
 - デメリット: 保湿クリームや美容液は合成界面活性剤が含まれているので、皮膚バリアを壊す、あるいは肌のバリア機能を低下させます。
2. 紫外線対策: 日焼け止めは、紫外線によるダメージから肌を守ります。
 - デメリット: 日焼け止めは合成界面活性剤が含まれているので、皮膚バリアを壊す、あるいは肌のバリア機能を低下させます。また、シミやシワの解消には一時的に役立ちますが、予防には限界があります。
3. アンチエイジング: レチノールやビタミン C などの成分が含まれた製品は、コラーゲンの生成を促進し、肌のハリを保ちます。
 - デメリット: 効果が一時的であり、配合の合成界面活性剤が皮膚バリアを壊す、あるいは肌のバリア機能を低下させます。

●皮膚バリアの重要性

皮膚バリア、皮膚のバリア機能は、水分蒸散や外部からの刺激や有害物質を防ぐために欠かせないものです。この構造や機能が損なわれると、乾燥や敏感肌、さらにはアレルギー反応や炎症の原因となります。

●スキンケア製品の選び方

- 成分の確認: リノールという必須脂肪酸が含有し、合成界面活性剤が含まれていないエマルジョン製品を選ぶことが不可欠です。
- 専門家のアドバイス: 皮膚バリア、バリア機能に詳しい皮膚科医や美容の専門家に相談することが大切です。

より健康的で美しい素肌を維持することができる視点から、スキンケアを考えるのは非常に重要なことです。

Do skincare products create beautiful skin, or do they ruin it?
-The answer is: both can be true-

Skincare products offer both benefits and drawbacks. It is crucial to consider an approach that takes the skin's barrier function into account:

●Skincare Products That Create Beautiful Skin

1. **Moisturizing and Nourishing:** Moisturizing creams and serums supply the skin with essential moisture and nutrients.
 - **Drawbacks:** Moisturizing creams and serums contains synthetic surfactants that damages the skin barrier or compromises the skin's barrier function.
2. **Sun Protection:** Sunscreen protects the skin from damage caused by UV rays.
 - **Drawbacks:** Sunscreen contains synthetic surfactants that damage the skin barrier or compromise the skin's barrier function. While it can help temporarily reduce spots and wrinkles, it has limitations in terms of prevention.
3. **Anti-Aging:** Products containing ingredients like retinol and vitamin C promote collagen production and help maintain skin firmness.
 - **Drawbacks:** The effects can be temporary, and synthetic surfactants in these products damage the skin barrier or compromise the skin's barrier function.

●Importance of the Skin Barrier

The skin barrier, or the skin's barrier function, is essential for preventing moisture loss and protecting against external irritants and harmful substances. When this structure and function are compromised, it leads to dryness, sensitive skin, allergic reactions, and inflammation.

●Choosing Skincare Products

- **Check the Ingredients:** It is crucial to choose emulsion products that contain linoleic acid, an essential fatty acid, and do not include synthetic surfactants.
- **Seek Professional Advice:** Consult with dermatologists and skincare experts who understand the skin barrier and its functions.

Considering skincare from the perspective of maintaining healthy and beautiful skin is essential for achieving the best results.