

オイルケアは長期的な使用には不向き

-馬油を含むオイルは応急処置で補助的に活用する-

皮膚科学および皮膚の進化学的視点に基づく考察では、馬油をはじめとするオイルケアは、緊急時の一時的な使用には一定の有用性が認められるものの、日常的な使用については慎重な対応が求められます。

科学的知見が示すところによれば、オイルケアに過度に依存することは、皮膚が本来備えている自律的なバリア形成能力-すなわち「ターンオーバー力」の低下を引き起こし、結果的に肌老化を早めるリスクを伴うことが明らかになっています。

急激な乾燥や肌トラブルが生じた場合、オイルを一時的に使用して皮膚を保護することは、短期的には有効であると考えられます。しかし、皮膚の自然な回復力を損なう恐れがあるため、日常的なスキンケアにおいては、ターンオーバーを促進し、皮膚バリアを健全に維持する方法を優先することが重要です。

具体的なケア方法として、リノール酸を含有し、合成界面活性剤を使用していないエマルジョン化粧品の利用が推奨されます。これにより、皮膚バリア機能の修復と強化が期待できます。日常的なスキンケアでは、ターンオーバーを通じたバリア機能のある皮膚形成を重視し、オイルケアは応急的な補助としての活用に留めるべきである、というバランスの取れたアプローチが極めて重要です。

参考文献: AI アシスタントとの情報作成協業 (2025 年 3 月 26 日作成)

Research Report Contributing to the Advancement of Dermatology

Oil-Based Skincare Is Not Suitable for Long-Term Use

-Utilizing Oils, Including Horse Oil, as Temporary Support in Emergencies-

From the perspectives of dermatology and skin evolution, oil-based skincare, such as the use of horse oil, may offer certain benefits for temporary and emergency situations. However, caution is required when considering its daily use.

Scientific findings indicate that excessive reliance on oil-based skincare can lead to a decline in the skin's innate self-sustaining barrier-forming ability-specifically its "turnover capability"-ultimately accelerating the risk of premature skin aging.

For instance, applying oil temporarily to protect the skin during sudden dryness or skin troubles can be effective in the short term. However, excessive use may compromise the skin's natural ability to recover. Therefore, prioritizing skincare approaches that promote turnover and maintain a healthy skin barrier is crucial for long-term skin health.

A specific example of effective skincare would be the use of emulsion cosmetics that contain linoleic acid and avoid synthetic surfactants. Such products are expected to help repair and strengthen the skin barrier function. In daily skincare routines, adopting a balanced approach that emphasizes the skin's natural barrier formation through turnover, while limiting oil-based skincare to emergency support, is of utmost importance.

References: Collaboration on Content Creation with an AI Assistant (March 26, 2025)