

花粉や犬やウサギなどの毛が付くと肌が赤くなる

-これアレルギー肌、体質かな。敏感肌ではないのかも-

症状から考えると、**アレルギー肌である可能性が高い**です。敏感肌というよりは、**免疫システムが特定の物質に反応している**と考えられます。

ご自身の状況と、これまで説明してきた「アレルギー肌」の特徴を照らし合わせてみましょう。

- **花粉や犬やウサギなどの毛**: これらは典型的な**アレルゲン**です。
- **肌が赤くなる**: これはアレルギー反応でよく見られる**炎症症状**です。免疫システムがアレルゲンに過剰に反応し、ヒスタミンなどを放出することで血管が拡張し、赤みやかゆみを引き起こします。

敏感肌の場合も、肌のバリア機能が低下しているため、花粉や犬やウサギなどの毛といった微細な粒子が肌に付着することで物理的な刺激となり、赤みやかゆみを引き起こす可能性はゼロではありません。しかし、**特定の物質に触れると決まって症状が出る**というパターンは、**アレルギー反応**を強く示唆します。

あなたのケースの可能性

- **接触皮膚炎(かぶれ)の一種**: 花粉や犬やウサギなどの毛が肌に直接触れることで、アレルギー性の接触皮膚炎を起こしている可能性があります。これは、アレルゲンが皮膚バリアを通過し、免疫システムが反応することで起こります。
- **アトピー性皮膚炎の悪化**: もともとアトピー性皮膚炎の素因がある場合、花粉や犬やウサギなどの毛がアレルゲンとなって症状を悪化させている可能性もあります。
- **アレルギー体質**: 全身的なアレルギー体質(花粉症、犬やウサギの毛アレルギーなど)があり、肌に症状が出ている可能性も考えられます。目や鼻の症状(くしゃみ、鼻水、目のかゆみなど)も伴う場合は、その可能性がさらに高まります。

次にすべきこと

ご自身で判断せずに、一度**皮膚科を受診されることを強くお勧め**します。医師は、あなたの症状を詳しく聞き、肌の状態を診察した上で、必要に応じて以下の検査などを行い、正確な診断をしてくれます。

- **アレルギー検査(血液検査やパッチテストなど)**: 花粉や犬やウサギなどの毛に対するアレルギーがあるかどうかを特定できます。
- **問診**: 症状が出る状況や頻度などを詳しく確認します。

適切な診断によってアレルゲンを特定し、それに応じた治療や対策(アレルゲンの回避、薬の処方、適切なスキンケアの指導など)を受けることで、症状を和らげることができます。

いずれにしても、肌の赤みやかゆみが続くのは不快ですし、悪化することもありますので、早めに専門家にご相談ください。

Skin Turns Red Upon Contact with Pollen, Dog, or Rabbit Hair

—This might indicate allergic skin rather than sensitive skin—

Based on the symptoms, **it is highly likely to be allergic skin rather than sensitive skin**. Instead of heightened sensitivity, your immune system seems to be reacting to specific substances.

Let's compare your condition with the characteristics of **allergic skin**:

- **Pollen, dog, and rabbit hair:** These are common allergens.
- **Skin turning red:** This is a typical inflammatory response triggered by an allergic reaction. Your immune system overreacts to allergens, releasing histamines that dilate blood vessels, leading to redness and itching.

Sensitive skin can also experience redness and itching when exposed to fine particles like pollen or animal hair due to weakened skin barrier function. However, if symptoms consistently occur when exposed to specific substances, **it strongly suggests an allergic reaction**.

Possible Causes in Your Case

- **Contact dermatitis (skin rash):** Direct skin contact with pollen, dog, or rabbit hair might be causing allergic contact dermatitis. This occurs when allergens penetrate the skin barrier, triggering an immune response.
- **Worsening of atopic dermatitis:** If you have a predisposition to atopic dermatitis, these allergens may be exacerbating your condition.
- **Allergic predisposition:** You might have a systemic allergic condition (such as hay fever or pet hair allergy), manifesting symptoms on your skin. If you also experience sneezing, runny nose, or itchy eyes, this further supports the likelihood of allergies.

What to Do Next

Rather than self-diagnosing, **I strongly recommend visiting a dermatologist**.

A doctor will assess your symptoms and skin condition, and if needed, conduct the following tests to provide an accurate diagnosis:

- **Allergy testing (blood test or patch test):** Determines whether you have allergies to pollen, dog, or rabbit hair.
- **Medical interview:** Inquires about symptom triggers and frequency for detailed analysis.

By **identifying allergens through proper diagnosis**, you can undergo treatment and take preventive measures, such as **avoiding allergens, receiving medication, and following appropriate skincare guidance**, which will help **alleviate your symptoms**.

Final Thoughts

Persistent skin redness and itching are uncomfortable and may worsen over time, so consulting a specialist as soon as possible is highly recommended.