

シミ予防ではなく、今あるシミに効くのが医薬品。化粧品は今あるシミに効かないが、シミ予防には効果があるよ。

- **医薬品(内服薬・外用薬):**
今あるシミ(特に肝斑など)に直接アプローチし、改善を目的とするものが主流です。有効成分がメラニン生成を抑えたり、排出を促したりすることで、既にできてしまったシミを薄くする効果が期待できます。
- **医薬部外品や化粧品の役割:**
主に皮膚バリア機能低下を防ぎ、またメラニンの生成を抑え、シミができるのを防ぐことが目的です。したがって、既にできてしまったシミを薄くする効果は医薬品に比べて限定的か、または期待できません。
医薬部外品や化粧品の役割は、あくまで「予防」。つまり「肌トラブルが出来にくい健やかな肌の維持」がその本質的役割となります。

ただし、医薬部外品の中にも、メラニン色素の生成を抑制する有効成分が含まれているものがあり、結果的に「シミを薄くする」と謳われているものもあります。

しかし、これは厳密には「すでにできたシミを消す」のではなく、「これからできるシミを予防することで、全体的に肌のトーンを均一にする」というアプローチになります。

簡潔にまとめると、以下のようになります。

- 医薬品 今あるシミに効く。
- 医薬部外品 化粧品 これからできるシミを予防

シミ対策を考える際は、ご自身の目的に合わせて、医薬品なのか、医薬部外品・化粧品なのかを選ぶことが重要です。

Understanding the Roles of Medical Products and Cosmetics

Medical Drugs (Oral and Topical) Medical drugs are primarily designed to address and improve existing spots, such as liver spots (melasma). Their active ingredients work by suppressing melanin production or promoting its discharge, which can help to lighten existing spots.

Quasi-Drugs and Cosmetics The purpose of quasi-drugs and cosmetics is to prevent the formation of new spots by protecting the skin's barrier function and suppressing melanin production. Therefore, their ability to lighten existing spots is limited compared to medical drugs.

The role of quasi-drugs and cosmetics is fundamentally for **prevention**—that is, maintaining healthy skin that is less prone to developing spots.

However, some quasi-drugs also contain active ingredients that suppress melanin pigment production, leading to claims that they "lighten spots." It's important to understand that this strictly means they "even out overall skin tone by preventing new spots from forming," rather than "erasing existing ones."

In short, here's the key difference:

- **Medical Drugs:** Act on existing spots.
- **Quasi-Drugs & Cosmetics:** Act on preventing future spots.

When considering spot treatment, it's crucial to choose a product that aligns with your specific goal, whether that's a medical drug or a quasi-drug/cosmetic.

Created: September 24, 2025 | Developed in collaboration with an AI assistant based on scientific evidence, ethics, and public interest.