

肌の恒常性の中核は「バリア力」

肌の恒常性を構成する主要な力は、「肌のバリア力」「生まれ変わる力」「弱酸性を保つ力」の3つです。その中でも最も中核となるのは「肌のバリア力」。

バリア力が中核である理由：

1. 最前線の防御システムであるバリア力：物理的・化学的防御の二重構造で構成。物理的防御を担う角質層は、乾燥、紫外線、細菌といった外部の有害な刺激が体内に侵入するのを防ぐシステム。これがないと、肌は常に炎症やダメージにさらされる。また、弱酸性を保つ力は、この防御システムを構成する重要な化学的防御として機能する。
2. 他の力の土台：バリア力が低下すると、肌は炎症や乾燥を起こし、それに伴ってターンオーバー（生まれ変わる力）自体が乱れる。

つまり、「バリア力」は肌の恒常性を維持する目的であり、「生まれ変わる力」は、その強固なバリアを常に作り直し、維持するための重要なメカニズムである、と捉えるのが最も正確です。

したがって、スキンケアにとっての中核も、肌を健やかに保つための中核も、「肌のバリア力」とあるというのが最も理にかなっています。スキンケアは「肌の恒常性」をサポートするためにある。

The Core of Skin Homeostasis is "Barrier Function"

The three main forces that constitute **skin homeostasis** are **"skin barrier function," "regenerative ability" (the power to be reborn), and "the ability to maintain a slightly acidic state."** Among these, the most central is **"skin barrier function."**

Why Barrier Function is the Core:

- **Barrier Function is the Front-Line Defense System:** It consists of a dual structure of physical and chemical defenses. The **stratum corneum**, which is responsible for physical defense, is the system that prevents external harmful stimuli like dryness, UV rays, and bacteria from penetrating the body. Without this, the skin would be constantly exposed to inflammation and damage. Furthermore, the ability to maintain a slightly acidic state functions as a crucial **chemical defense** that is part of this overall defense system.
- **The Foundation for Other Functions:** When barrier function declines, the skin experiences inflammation and dryness, which in turn disrupts **cell turnover** (the regenerative ability) itself.

Therefore, the most accurate understanding is that **"barrier function" is the objective for maintaining skin homeostasis,** and **"regenerative ability" is the crucial mechanism for constantly rebuilding and maintaining that strong barrier.**

Consequently, it is most logical to state that the **"skin barrier function" is the core of skincare** and the core for keeping the skin healthy. Skincare exists to support **"skin homeostasis."**

*Date Created: September 29, 2025 | Developed in collaboration with an AI Assistant |
Based on scientific evidence, ethics, and public benefit.*