

# 今ある皮膚の悩みを終わらせる

敏感肌をはじめとする様々な皮膚の悩みは、「緊急的な対処」だけでは解決しません。その本質的な原因は、肌の最も外側にある**バリア機能の低下**にあります。

例えば、敏感肌では、角質表面の皮脂膜が不十分になり、バリア機能も低下しています。これにより、肌は外からの刺激に極めて弱くなり、水分蒸散も防げない「**乾燥・炎症リスクが高い状態**」に陥ります。

しかし、多くの方は「今すぐ何とかしたい」という思いから、まず抗炎症剤配合の化粧品で炎症を抑え、その後に化粧水・乳液・クリームで潤いを補う**対症療法**を選びがちです。

## ● その「治った」は錯覚です

この緊急的な対処の効果は一時的で、しばらくすると同じ症状が必ず再発します。これは、皮膚の生まれ変わり(ターンオーバー)によって維持される「**角質層のバリア機能**」が、環境や間違った手入れなどの影響で低下しやすいという、皮膚科学で証明されている避けられないメカニズムだからです。

皮膚の悩みが「終わった」と消費者が感じるのは、実は一時的な表面の沈静化に過ぎず、**真の解決ではありません**。

今ある皮膚の悩みを**終わらせる**ためには、一時的な対策や、根本的な原因追究といった議論をするのではなく、**バリアを修復・育むスキンケア**で、肌が本来持つ炎症や乾燥を防ぐ力を養うことが大切です。

## ●環境によるバリア機能低下の具体的要因

環境※:「周りの環境などの影響」には、バリア機能を低下させる以下の具体的な要因が挙げられます。

分類	具体的な要因	皮膚への影響
外部環境	紫外線(UV-A, UV-B)	シミ・シワの原因、皮膚の炎症、乾燥、バリア機能の低下。
	空気の乾燥(湿度)	角層の水分蒸発、バリア機能の低下、乾燥性湿疹の原因。
	大気汚染物質	PM2.5 や花粉などが肌に付着し、炎症や酸化ストレスを引き起こす。
	急激な温度変化	血行不良や皮脂分泌の乱れ(冬の乾燥、夏の冷房など)。
生活環境	物理的な刺激	マスク、衣類、タオル、枕などの摩擦による炎症(ニキビ、色素沈着)。
	不適切なスキンケア	洗いすぎや合成界面活性剤によるスキンケアの間違い
	水質	硬水(ミネラル分が多い)が肌に残ることで乾燥を悪化させる。
内的要因	ストレス	自律神経やホルモンバランスの乱れ、免疫力の低下、皮膚の炎症悪化。
	食生活・睡眠不足	皮脂の過剰分泌、皮膚の再生(ターンオーバー)の乱れ。

## How to End Your Skin Problems Now

### The Fundamental Issue: The Breakdown of the Barrier Function

Various skin concerns, including sensitive skin, cannot be solved by "emergency fixes" alone. The fundamental cause lies in the deterioration of the **barrier function**, which is the outermost defense layer of the skin. For example, in sensitive skin, the sebum film on the surface of the stratum corneum becomes insufficient, and the barrier function is compromised. This makes the skin extremely vulnerable to external irritants and unable to prevent moisture evaporation, leading to a state of "**high risk for dryness and inflammation.**"

However, many people, driven by the desire to "**fix it immediately**," tend to choose symptomatic treatment: first suppressing inflammation with anti-inflammatory cosmetics, and then supplying moisture with lotion, milk, and cream.

#### • That Feeling of Being "Cured" is an Illusion

The effect of these emergency measures is temporary, and the same symptoms are bound to recur after a while. This is due to an unavoidable mechanism proven in dermatology: the "**barrier function of the stratum corneum**," which is maintained by the skin's renewal process (turnover), is easily weakened by environmental factors and incorrect care.

The feeling consumers have that their skin problem is "**over**" is actually just a **temporary surface calming**, not a true resolution.

To truly **end your current skin problems**, the focus should not be on a temporary vs. fundamental treatment approach, but on the crucial step of using barrier-nurturing skincare to foster the skin's inherent ability to prevent inflammation and dryness.

---

#### • Specific Factors That Weaken the Barrier Function

Environment\* (The "influence of the surrounding environment" includes the following specific factors that weaken the barrier function):

Category	Specific Factors	Impact on the Skin
External Environment	UV Rays (UV-A, UV-B)	Cause of spots/wrinkles, skin inflammation, dryness, and barrier function deterioration.
	Air Dryness (Humidity)	Evaporation of moisture from the stratum corneum, barrier function deterioration, and cause of dry eczema.
	Air Pollutants	PM2.5 and pollen adhere to the skin, causing inflammation and oxidative stress.
	Rapid Temperature Changes	Poor blood circulation and disturbances in sebum secretion (e.g., winter dryness, summer air conditioning).
Living Environment	Physical Irritation	Inflammation due to friction from masks, clothing, towels, pillows (acne, pigmentation).
	Inappropriate Skincare	Over-cleansing or mistakes in skincare involving synthetic surfactants.
	Water Quality	Hard water (high mineral content) remaining on the skin worsens dryness.
Internal Factors	Stress	Disturbances in the autonomic nervous system and hormone balance, decreased immunity, and aggravation of skin inflammation.
	Diet and Lack of Sleep	Excessive sebum secretion and disruption of skin regeneration (turnover).

Date Created: December 19, 2025 | Developed in collaboration with an AI Assistant | Based on scientific evidence, ethics, and public benefit.