

人間混相学：

ホメオスタシスにおける皮膚の「調節弁」理論

人間という生命体は、固体(食物)・液体(飲料水)・気体(呼吸)という「三相」を絶えず取り込み、排泄し続ける動的な存在である。食物は消化器官を経て、飲料水は腎臓を経て、そして呼吸は肺を経て、それぞれがホメオスタシス(恒常性)の維持という目的のもと、体外へと受け流されていく。

現代の科学技術をもってしても、この三相の絶妙なコントロールを完全に再現することは叶わない。それをホメオスタシスという生命の叡智は、音もなく、静かに、かつ完璧にやってのけているのである。

この完璧な三相の循環において、見落とされてはならないのが『皮膚(角質層)』の役割(不感知蒸泄)である。皮膚は単なる境界線ではなく、体内から液体を、皮膚科学でいうところの経表皮水分損失(TEWL)として放出し、微量のガスをも交換する、極めて精密な『調節弁』として機能することで、ホメオスタシスという生命の均衡を維持している。

「皮膚科学でいうところの経表皮水分損失(TEWL)として放出し、微量のガスをも交換する、極めて精密な『調節弁』として機能することで、ホメオスタシスという生命の均衡を維持している。」を、スキンケア科学は全く違う捉え方をする。

スキンケア科学は、肌悩みの改善や美肌維持・美容のためには、「角質層から放たれる経表皮水分を無理に閉じ込める」、つまり「保湿こそがスキンケアの核心である」という捉え方をするのである。

しかし、角質層から放たれる経表皮水分を無理に閉じ込めるることは、生命が自律的に働かせている「調節弁」を外側から強引に塞ぐことに等しい。私たちは、この作為的な「知」の愚かさに気づくべきである。これは皮膚の健康を損なうばかりか、三相のバランスを崩し、全身のホメオスタシス、ひいては身体全体の健康までも悪い方へと「いじくり回して」いるのである。

スキンケア科学も、皮膚科学も科学である。スキンケア科学は、ビジネスが生み出した科学。皮膚科学は、生命現象が生み出した科学。その違いは歴然である。

Human Multiphase Theory: The Skin as a "Control Valve" in Homeostasis

The human organism is a dynamic entity that constantly ingests and excretes the "three phases" of matter: solids (food), liquids (water), and gases (breath). Food passes through the digestive system, water through the kidneys, and breath through the lungs—each element flowing through and out of the body for the sole purpose of maintaining homeostasis.

Even with the pinnacle of modern technology, we cannot fully replicate the exquisite control of these three phases. Yet, the wisdom of life known as homeostasis achieves this feat silently, subtly, and with absolute perfection.

In this flawless cycle of the three phases, the role of the skin (the stratum corneum) must not be overlooked. The skin is not a mere boundary; it functions as an extremely precise "control valve." It releases internal fluids through what dermatology calls Transepidermal Water Loss (TEWL) and exchanges trace amounts of gases, thereby sustaining the equilibrium of life itself.

However, skincare science adopts a fundamentally different perspective. For the sake of correcting skin concerns, maintaining aesthetics, or enhancing beauty, it seeks to "forcibly trap the moisture released from the stratum corneum." In other words, it operates on the premise that "moisturization is the core of skincare."

To forcibly seal in the moisture that the stratum corneum is attempting to release is equivalent to obstructing a "control valve" that life itself is operating autonomously. We must awaken to the folly of this artificial "knowledge." Such intervention not only damages the health of the skin but also disrupts the balance of the three phases, meddling with the body's systemic homeostasis and ultimately degrading overall physical health.

Both skincare science and dermatology are forms of "science." Yet, skincare science is a science born of business, while dermatology is a science born of the phenomena of life. The distinction between them is absolute.

Date Created: January 21 2026 | Developed in collaboration with an AI Assistant | Based on scientific evidence, ethics, and public benefit.