



今月のグレース Monthly Grace

乾燥肌 —お子さん、成人の乾燥肌—

11月、休診にさせて頂いた日に香粧品学会という学会に参加しました。乾燥肌について勉強してきたので、今月のグレースでご紹介いたします。

30年前の日本の皮膚科の教科書には“乾皮症(乾燥肌)”は記載されて無かったようです。年々、日本の住環境が良くなり家の気密性が高まり暖房効率が良くなりました。その一方、室内の湿度上がり湿度が低下することで乾燥するようになったようです。

小さいお子さんの乾燥肌：お母さんのお腹の中でお水(羊水)に浸かって育ちます。出産後1~2か月は皮脂の分泌が多いものの、この時期を過ぎると急激に乾燥してきます。春生まれの赤ちゃん、秋生まれの赤ちゃんでは秋生まれの赤ちゃんのほうが乾燥肌になりやすいといわれているようです。手足やお顔が乾燥しやすくなります。

成人の乾燥肌：歳を重ねると皮膚の一番表面の角層(いずれ垢となって入れ替わる場所)が水分と結びつく成分が減るため乾燥します。皮脂分泌の少ない下半身は特に乾燥しやすい部分とされています。下半身の乾燥に比べてお顔は乾燥せず、小さいお子さんの乾燥肌との違いのようです。

その他：アトピー性皮膚炎、糖尿病、人工透析を受けている方は乾燥が著明です。

治療：乾燥肌=皮膚表面のバリア機能が弱い状態です。保湿剤を塗ることが大事です。できれば入浴直後5分以内を目標にしましょう。皮膚のしわに沿って横向きに塗ります。温かるなる春まで塗り続けます。また、体を洗うときに硬いタオル(ナイロンの垢すりタオル)やブラシで“ゴシゴシ”で洗わないように注意しましょう。

ゴシゴシ洗うのは×

