



PENTARO

平成 27 年 8 月 18 日

残暑に多い肌トラブル

気象庁によりますと今年は9月下旬から 10 月上旬まで残暑が厳しくなる予報が出ています。例年の 9 月のみの残暑であれば、夏のジメジメした状況から湿度が少しづつ低下することで、カラッとした陽気になってきます。ですが10月まで残暑が残るとなると、秋の季節が短く、夏から一気に冬に移行することも考えられます。これからの季節は温度が高い分、乾燥対策がついおろそかになりがち。でも水分を失った角質層はかゆみを生じやすいので、注意が必要です。残暑の時期の乾燥対策について考えていきましょう。

乾燥が悪影響を与える肌の状態とは？

角質層が乾燥することで考えられる肌への影響には、次の3つがあります。

バリア機能が低下する

角質層(表皮)をイメージで表現すると、きれいに並んだレンガの壁のような状態です。そのレンガをつなぎ合わせているのが「セラミド」などの細胞間脂質です。ところが、角質層内の水分が減少すると、このレンガをつなぎ合わせているセラミドが失われ、レンガ間のいたるころにすき間がでる状態、つまり「レンガの壁

が崩れかけている」状態になります。

本来はレンガの壁で外部の異物の侵入を防いでいたが、この状態ではレンガの間のすき間から、異物侵入を許してしまうこととなります。そのすき間からは水分も蒸発しやすくなり、肌の乾燥もまねきます。

この状態が「皮膚のバリア機能の低下」の状態です。

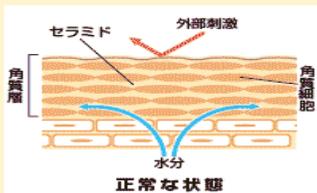
感染症にかかりやすい

角質層は、汗と皮脂が混じり合っている天然のスキンケアといえる「皮脂膜」により覆われ守られています。しかし、「角質層が乾燥した状態」になると、乾燥した角質層は皮脂膜では守られていない状態にあります。

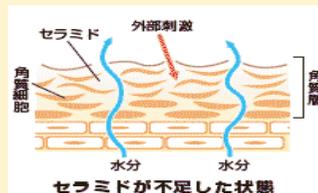
健康な表皮においては、抗菌成分や皮脂膜が細菌やウイルスから肌を守っています。しかしそれらが失われた状態では、細菌やウイルスの感染症にかかりやすくなります。

実際にアトピー性皮膚炎では、9割以上の人が何らかの感染症を併発していることが、研究により分かっています。これは、バリア機能の低下と皮脂膜の欠損により、皮膚の防衛能力が低下することが大きな原因と考えることができます。

健康な肌



セラミド不足の肌

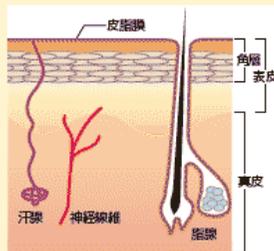


かゆみを感じやすくなる

通常、かゆみを知覚する神経は、角質層(表皮)の下にある真皮までしか伸びていません。しかし、角質層が乾燥した状態になると、このかゆみを知覚する神経が角質層内に侵入してることが分かっています。

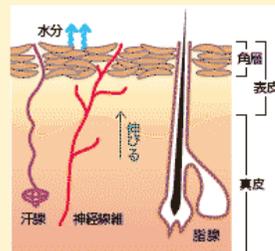
そのため、皮膚のバリア機能の低下と相まって、外部からの刺激に対し直接かゆみを感じやすくなります。

角質層内に伸びてきたかゆみを知覚する神経線維は、角質層内に十分に水分が潤うと、再び真皮まで戻っていくこともわかっています。したがって、肌のかゆみに対して角質層の乾燥は大敵といえるでしょう。



健康肌

ステロイド剤を使用している場合はさらに注意が必要です。ステロイド剤には神経線維を活性化させる働きがあるため、長期間連用することで、かゆみの神経織



アトピー肌

織を伸ばすことがあるのです。ステロイド剤を使用している皮膚が乾燥した状態にある場合、二重に注意が必要だといえるでしょう。

皮膚の健康にとって、実は肌の水分(うるおい)って大事なんですね。こまめに保湿をしてあげて皮膚を健康に保ち、残暑を乗り切っていきましょう。

お知らせ



・会期
7/18(土)～9/27(日)
・場所
南極観測船ふじ船内

元第13次南極越冬隊
員であった当院の理
事長が講演の予定で
す!!!



求人案内

- 一、**医療事務員** 来春、短大又は医療専門学校卒業予定者を求人。
- 一、**准看学生** 来春、高卒以上の方で市医師会の準看学校へ入学希望者を求人。

✿Happy Birthday✿

8月18日に理事長が71歳の誕生日を迎えられました!!
Un Passo alla voltaというお店で皆でお祝いしました^^★



シルバーウィークのお知らせ

	19日 (土)	20日 (日)	21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)
AM	○	×	×	×	×	○
PM	×	×	×	×	×	×

医院：各務原市那加桜町 2 - 368

Tel 383 - 6800

自宅：各務原市三井北町 1 - 171

Tel 382 - 1437

三和ゆき後援会事務所 (三和皮フ科北)

Tel 371 - 5558

三和皮フ科HP：<http://miwahifuka.org/>