



# PENTARO

平成 30 年 1 月 23 日

## ～スキンケアについて①～

院長 三和 拓人

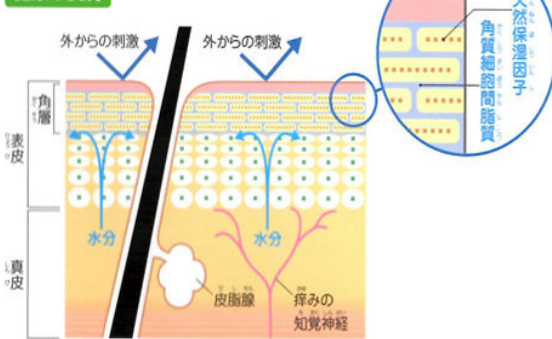
新年に入りまして、ますます寒くて乾燥の日々が続いております。本日も乾燥性湿疹の患者様が非常に多く来院されました。特にお子様のひどい乾燥肌の症状がちらほら居て、中には両頬がひび割れている子も居ました。私は子供の乾燥を治すためには、御家族様の協力が必要だと思っております。

皮膚が乾燥するとバリア機能が低下して様々な病気になりやすくなります。ステロイド剤を使わずに、単なる保湿剤の外用だけでかゆみが収まる場合が多々あります。

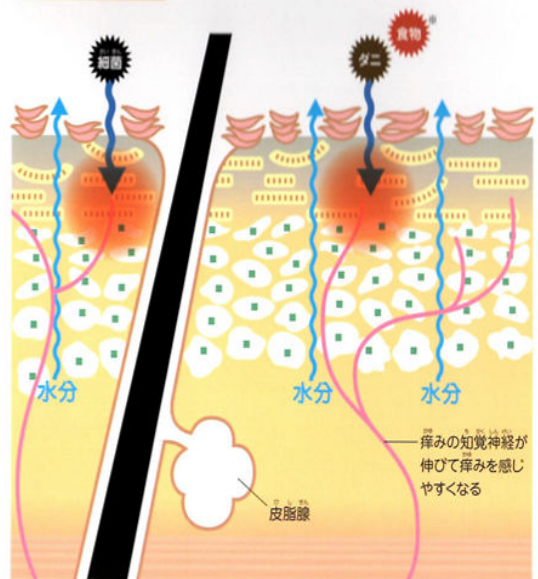
## 健康な皮膚とドライスキン

皮膚の一番外側にある角層には「バリア機能」があり、細菌やダニ、食物など(アレルゲン)が体の中に入らないようにし、水分が体の外に逃げていかないようにしています。このバリア機能を維持するために大切なのが皮膚のうるおいを保つ「皮脂膜」、「角質細胞間脂質」、「天然保湿因子」と呼ばれる物質です。この3つの物質が少なくなって乾燥した状態(ドライスキン)になると角層がはがれてすき間ができ、外からの刺激を受けやすくなります。

### 健康な皮膚



### ドライスキン



※食物アレルゲンとしては、ピーナッツや小麦などがあります。

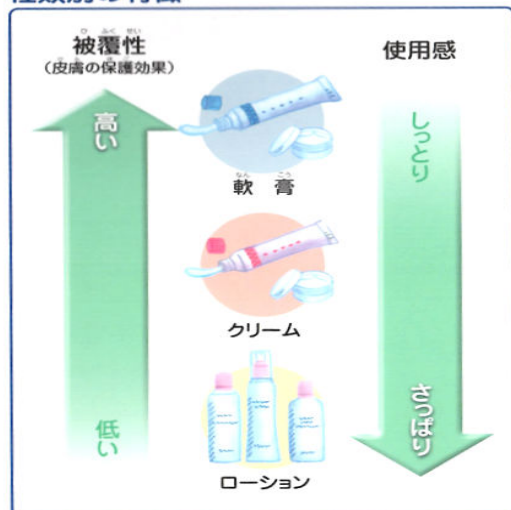
ドライスキンでは、保湿剤でうるおいを保つことが重要です。

保湿剤も症状に応じて使い分けましょう

保湿

## 保湿剤の種類と使い分け

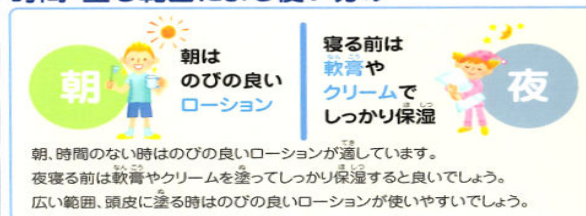
### 種類別の特徴



### 季節による使い分け



### 時間・塗る範囲による使い分け



保湿

## 保湿剤を塗る量

### 塗る量の目安



保湿剤も症状に応じて使い分けましょう。市販のもので保湿が追いつかない理由の一つがここにあります。

患者様で多い事例が保湿の量が足りない場合です。ケチらずにしっかり塗って冬の乾燥からお肌を守って健やかに過ごしたいものですね。



毎月恒例の鍋パーティーをしました。みんなで盛り上がりました！！



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

三和皮フ科HP：<http://miwahifuka.org/>