



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

乾燥肌

乾燥肌とは、皮膚の一番外側にある角質層の水分含有量が低下している状態です。皮膚からは蒸発などにより少しずつ水分が失われていますが、体の内部から水が供給されて一定の水分量を保っています。このバランスが崩れて、供給される水分量より失われる水分の量が多くなり続けると、乾燥肌となります。その原因のひとつが空気の乾燥です。そのため、湿度の低い冬に多くなることが知られています。しかし、それだけではなく皮膚の状態も大きな原因のひとつです。皮膚は、皮脂や天然保湿因子（NMF）、角質細胞間脂質により紫外線やアレルギーの原因となる外的刺激から守られ、水分が失われすぎないような仕組みになっていますが、これらの防御因子が何らかの原因でその機能が低下することにより、水分が失われすぎて乾燥肌になります。

皮脂は、皮脂腺から分泌される油成分で、皮膚の表面に皮脂膜を作り、皮膚が直接的刺激を受けるのを防いでいます。男性ホルモンにより分泌が促されるため、女性や小児の皮脂の量は成人男性に比べて少ない傾向があります。また、加齢により男性ホルモン量が減ると皮脂の分泌量も少なくなります。

NMFは、アミノ酸などから構成されており、角質細胞内に存在して角質細胞内の水分を保持する働きがあります。加齢などにより新陳代謝（古い皮膚が新しい皮膚におきかわること）が遅れるとNMFは減少します。

角質細胞間脂質は、セラミドなどのたんぱく質で構成されており、角質細胞同士の隙間を埋めています。この角質細胞間脂質が減少すると、角質細胞間の隙間を通して外部の刺激物質が入ってきたり、皮膚の水分が外に出やすい状態になります。NMFと同様に新陳代謝の影響を受けます。

乾燥肌の治療は、保湿を目的とした塗り薬が中心となります。主な薬は、ヘパリン類似物質、尿素を主成分とする軟膏、クリーム、ローションなどやワセリンです。ヘパリン類似物質は、角質層に浸透し水分を抱え込んで保持する働きがあります。刺激が少なく、子どもから高齢者まで幅広い年代に使用が可能です。尿素は、NMFの構成成分のひとつで、水分を保持する働きがあります。ただ、刺激が強く、皮膚を構成しているたんぱく質を分解する作用もあるため、子どもや肌の弱い方、顔などには使用しない方が良いでしょう。ワセリンは、皮膚の表面にとどまり、皮膚を保護したり、水分が蒸発するのを防ぐ働きがあります。刺激がほとんどなく、皮膚のうすい顔などにも使用できますが、べたつきやテカリがあるため目立つ場所には使用しにくいかもしれません。

（北区）薬局エビエファーマシー

松本 博志