



くすりと健康

一般社団法人
神戸市薬剤師会

ニキビ

ニキビは、毛穴に皮脂が詰まることによっておこる「尋常性ざ瘡」という皮膚の病気です。このため、おでこ、頬、口の周り、背中や胸などの皮脂の分泌が多い場所にてできることが多いようです。皮脂は、成長ホルモンや男性ホルモンの影響を受けて分泌が活発になるため、成長ホルモンなどが多く分泌される思春期にはニキビができてやすくなります。

毛穴には皮脂腺という皮脂を分泌する器官があり、分泌された皮脂は毛穴を通して皮膚の表面に出ていきます。しかし、何らかの原因で毛穴が狭くなり、皮脂が十分に排出されずに毛穴の中に留まってしまい、毛穴に皮脂が詰まった状態がニキビの初期段階で、外見は白っぽいニキビに見えます。この状態から皮脂が毛穴から外に押し出されると、皮脂が酸化したり、汚れが付着したりして、ニキビは黒

ぼく見えるようになります。この段階までは、皮膚が炎症を起こしていることは少なく、毛穴から溜まった皮脂を取り除くことができればきれいに治りますが、無理に皮脂を押し出すとすると、炎症を起こしたり傷になったりして、かえって悪化させることもあるので、皮膚科などで処置してもらうほうが良いでしょう。

さらに症状が進むと、皮脂を栄養素にして皮膚の常在菌であるアクネ菌などの菌が増殖し、炎症を起こすようになります。炎症が起きているためニキビは赤っぽく見え、膿がたまることもあります。

ニキビを改善させるには、毛穴にたまった皮脂を洗い流すことが重要ですが、洗浄効果の高い石鹸を使うたり、ゴシゴシと強く洗うことは、肌に必要な水分や脂分まで洗い流すことにつながる恐れがあるので、余分な脂分を落とす程度に優しく丁寧に洗い、洗う回数も1日2回程度にしてください。

皮膚科などで使用される治療薬は、アダパレンや過酸化ベンゾイルの塗り薬、アクネ菌などに効果のある抗菌薬の塗り薬や内服薬などが使われます。

アダパレンは、毛穴の角化を抑えて毛穴を開く効果がありニキビの発生を抑えますが、炎症を抑える効果がないので、炎症を伴うニキビの場合には抗菌薬などと一緒で使用されます。

過酸化ベンゾイルは、角質をはがれやすくして毛穴のつまりを改善する作用とアクネ菌への殺菌作用の両方を持つています。単独で使用されることもありますが、より効果を高めるために抗菌薬と一緒に使われることもあります。

市販のニキビ治療薬も各種販売されており、殺菌作用を持った薬と炎症を抑える作用を持った薬などが配合されています。市販薬を使用して改善しない場合は、皮膚科を受診されることをお勧めします。

(北区) 薬局エビラファーマシー

松本 博志