

脂性肌(オイリー肌)・脂漏性皮膚炎・ニキビ対策「油滴を皮脂に変える」

脂性肌は、毛穴から皮脂ではなく油滴が分泌されることが原因です。海の森化粧品は、従来の油滴を取ることで一時的にベタツキを抑えるケアとは違い、油滴を薄めることで皮脂が分泌されるようサポートします。時間はかかってもベタツキを繰り返さなくなるのが特徴です。※脂漏性皮膚炎については裏面へ。

●脂性肌の原因

脂性肌の要因は、皮脂量が多いことよりも、毛穴から分泌される脂が油滴:油のかたまりであることです。皮脂はサラサラしますが、油滴はベタベタします。通常、毛穴からは皮脂が分泌されます。毛包内に定住するアクネ菌が出す脂肪分解酵素リパーゼによって、油滴が分解されることで皮脂が作られます。皮脂は、皮膚表面で汗となじむことで皮脂膜を形成し、皮脂膜はサラサラします。ところが脂性肌では、合成界面活性剤やアルコール配合の商品(洗顔剤・保湿化粧品など)の使用によって、毛包内のアクネ菌が減少し、油滴を皮脂に変えることができず、毛穴から油滴がそのまま分泌されるため、皮膚表面にべたつきを感じるようになります。

また、脂性肌状態で合成界面活性剤やアルコール配合の商品を使い続けると、角質バリアに必要なセラミドを流出させ、インナードライ(皮膚表面はべたつくが内側は乾燥する)や混合肌(Tゾーンはべたつきゾーンは乾燥するなど部位によって現れる症状が異なる)を作り出す要因となります。

●従来の脂性肌対策「油滴を取って一時的にベタツキを抑える」

従来の脂性肌対策の主流は、洗顔料やアルコール配合の化粧品を用いて、ベタつき(油滴)を取ることでした。使用直後は、油滴が取れてベタつきがおさまりますが、同時に、配合の合成界面活性剤やアルコールがアクネ菌を取り過ぎてしまいます。そのため、継続使用は毛包内でのアクネ菌不足につながり、油滴を皮脂に変えることができず、ベタつきを繰り返すようになります。

●海の森化粧品「油滴を薄めて脂性肌を繰り返さない」

海の森化粧品は、油滴を取るのではなく、薄めることでベタつきにアプローチします。含有の脂肪分解酵素リパーゼ及びタイプ1のセラミドが、油滴を分解して(薄めて)まず今あるベタつきを軽減します。合成界面活性剤やアルコール不使用のため、アクネ菌を取り過ぎることなく油滴を薄めます。継続することで、徐々に毛包内にアクネ菌が定住するようになるため、やがて自分の力(アクネ菌の力)で油滴を皮脂に変えていくことができます。多少時間はかかりますが、毛穴から自然に皮脂が分泌されるようになるため、ベタつきを繰り返さなくなります。なお、海の森化粧品によって薄まった油滴は、基本的に水やぬるま湯で洗い落とせるため、洗顔剤の必要はなく、またアクネ菌の取り過ぎを防ぐことができます。あぶら取り紙の必要もなくなります。

※脂性肌の方には、より油滴を薄める働きのある「髭水」の使用をおすすめします。

●オイリー肌と食習慣

ファストフードやインスタント食品、お菓子、スイーツ、外食が中心の食生活は、油滴:油の量の増加に大きく関わっています。脂肪分の多い物や糖質をたくさん摂取しすぎると、油滴の量が増えてベタつきにつながります。

脂漏性皮膚炎

●「油滴を薄めて、マラセチア菌が増殖しにくい皮膚環境をつくる」

脂漏性皮膚炎の要因は、マラセチア菌(真菌)の増殖であることが認識されています。マラセチア菌は皮膚常在菌の一種で、通常どの方の肌にも存在している菌ですが、脂漏性皮膚炎の方の肌では、皮脂量(正確には油滴量)の増加によって、マラセチア菌が増殖しています。マラセチア菌は、油滴をエサにしているため、洗顔や保湿のしすぎ、偏った食事などによって油滴量が増加することで増殖します。マラセチア菌が増殖すると、マラセチア菌が分泌するリパーゼ(脂肪分解酵素)が油滴を分解し、刺激物質となる遊離脂肪酸を必要以上に産生します。この遊離脂肪酸が必要以上に肌を刺激することで赤みなどの炎症や、肌が生まれ変わるリズム(ターンオーバー)が早くなることで、剥がれ落ちる角質量が増加し、皮がポロポロ剥けた状態になります。痒みを伴う場合もあります。

●従来の脂漏性皮膚炎対策「ステロイド・抗真菌剤で一時的に症状を抑える」

一般的には、皮膚科処方ステロイド剤や抗真菌剤、保湿化粧品などを用いてケアします(皮脂を減少させるために、ビタミンB2やB6を内服する場合があります)。何れも、使用後は症状がおさまる一方、油滴量が多い肌状態はそのままのため、使用を中止すると症状が再発することがほとんどです。むしろ、ほとんどの商品には、合成界面活性剤やアルコールなどが配合されており、油滴を薄めるために必要なアクネ菌を殺菌するため、一時的な使用であれば大丈夫ですが、継続使用はかえって油滴量が増加し、脂漏性皮膚炎の悪化につながりやすくなります。

●海の森化粧品「油滴を薄めて症状を繰り返さない肌へ」

海の森化粧品は、含有する脂肪分解酵素およびリノール酸が油滴を薄めることで、また、合成界面活性剤やアルコール不使用で、アクネを殺菌しすぎません。継続することで、徐々にアクネ菌の定住によって油滴が減少し(皮脂に変わる)、マラセチア菌が増殖しにくい皮膚環境になるため、時間はかかりますが、脂漏性皮膚炎を繰り返さない肌になっていくのが特徴です。※痒みが強い場合は、医師指導のもと、ステロイドの併用をおすすめします。

脂性肌(オイリー肌)によるニキビ

●「毛穴の塞ぎを解消する」

ニキビは毛穴が塞がることから始まります^{*1}。オイリー肌では、油滴の増加が毛穴を塞ぐ要因となります。油滴が増加すると、油滴の酸化、あるいはアクネ菌(ニキビ菌)によって油滴が分解されることで産生される遊離脂肪酸による皮膚への刺激が増加します。すると、ターンオーバーが早くなり、未熟な角質が量産され毛穴出口の角質層が肥厚したり、また未熟でもろい角質がポロポロ毛穴内に剥がれ落ち、ほこりや皮脂、メイク・洗顔料・化粧品などの残留物が混じり合うことで角栓が形成され毛穴が塞がります。

一般的には、洗顔剤やピーリング剤を用いて毛穴を塞いでいる角質や角栓を取り除く(正常な角質も取り除く場合あり)/アルコールや殺菌剤を用いてアクネ菌を殺菌する/抗炎症剤を用いて一時的に炎症を抑えるケアが中心です。何れのケアも使用直後は一時的に症状がおさまりますが、継続使用すると、かえって油滴の増加につながるため、ニキビを繰り返す・悪化につながるなど、根本的なニキビ対策になりません。

この場合も、海の森化粧品で油滴を薄めることでベタベタを解消し、また弱酸性で菌が増殖しすぎないようにすることで、時間はかかってもニキビを繰り返さない肌をサポートします。なお、ニキビが気になる部位へは、ティッシュやコットンなどにスプレーしてからのパックをおすすめします。

^{*1} 毛穴が塞がると、毛穴内に皮脂が貯留し、まず白ニキビができ、皮脂が酸化することで黒ニキビ(何れも非炎症性)が形成されます。次に、皮脂(正確には油滴)をエサにするニキビ菌が増殖することで赤ニキビ(炎症性)が形成されます。赤ニキビの後、黄色ブドウ球菌により膿をもった黄ニキビができ、通常黄ニキビの後には、ニキビ跡を残さず治癒していきませんが、同じ部位に繰り返しニキビができたリ、ニキビをつぶしたりして、炎症が真皮・皮下脂肪まで至ると、後にクレーターのようなニキビ跡を残します。なお、ニキビを化膿して悪化させるのは黄色ブドウ球菌という菌ですが、皮膚が健康な弱酸性であれば、黄色ブドウ球菌、またニキビ菌(アクネ菌)の過剰な増殖は抑制され、悪さをすることはありません。むしろ、ニキビ菌(アクネ菌)は皮脂をつくる上でとても大切な菌のため、菌を殺すだけのニキビケアは、一考を要すると考えます。