

アトピースキンケア「角質バリアを修復し正常な表皮新陳代謝を取り戻す」

アトピースキンケアのポイントは、従来の保湿ケアではなくバリアケアです。バリアケアとは、ダメージのある角質層を修復し、体内からの水分喪失を防ぎ、角質水分量を適切に保持する、そして、体外からの細菌の侵入や紫外線・化学物質などの刺激を防ぎ、表皮新陳代謝が正常に機能するようにサポートするケアです。表皮新陳代謝が正常に機能するようになると、肌自らの力で、ダメージのある角質層を修復・維持し、乾燥や痒みなどが無い、アトピーを繰り返さない肌になっていきます。

アトピーの方の皮膚は、乾燥肌の方よりも、皮膚表面の皮脂膜が不十分で、角質層の水分保持能力・バリア力が低下しているため、乾燥しやすく、外部刺激に対して非常に敏感な皮膚状態になっています。特に、バリアの要となる角質バリアが著しく低下しているため、皮膚内部の水分が蒸散し、紫外線や化粧品、医薬品、黄色ブドウ球菌、ダニ・ホコリなどのアレルゲンが皮膚表面を刺激したり皮膚内部に侵入することで、抗原抗体反応が起こり、赤み・痒み・腫れなどの症状が現れます。表皮新陳代謝も乱れているため、皮膚が厚く硬く、ゴワゴワ・ガサガサ・ザラザラなど、アトピー肌特有の様々な症状が現れます。

本来皮膚バリアは壊れても、肌自らの力(皮脂・汗分泌機能、表皮新陳代謝)で修復・維持できるようになっています。しかし、アトピーの方の肌では、肌力そのものが低下しているため、肌自らの力でバリアを修復することができません。そのため、乾燥や痒みなどアトピー特有の症状がなかなかおさまらない肌状態になっています。

●従来のアトピー対策「保湿ケアで一時的に症状を抑える」

これまでのアトピースキンケアでは、化粧水で水分や保湿剤を角質層へ浸透させ、水分が逃げないようにワセリンなどの保湿化粧品の油分でフタをする保湿ケアが中心でした。また、炎症や痒みに対しては抗炎症剤や抗ヒスタミン剤で、増殖した黄色ブドウ球菌には殺菌剤を用いて殺菌していました。

何れも、使用直後は乾燥や痒みなどの症状がおさまりますが、皮膚バリアは壊れたままのため、その効果は限定的で、しばらくすると再び症状が現れます。むしろ、配合の合成界面活性剤やアルコールが皮膚バリアを壊す、また、多量の油分や様々な化学薬剤が肌力に負担をかけるため、かえって症状の悪化につながります。しかし、このことにほとんどの方が気付いていません。保湿ケアはあくまで対処療法であり、アトピー肌を改善するケアではないことを理解して使用することが大切です。

●海の森化粧品「バリアケアで症状を繰り返さない肌に」

海の森化粧品は、一時的に症状を抑える従来の保湿ケアとは違い、含有のタイプ1のセラミド(リノール酸、天然ビタミンE含む)が、皮膚表面の皮脂膜と角質バリアを修復することで、角質層からの水分蒸散をストップさせ乾燥を抑える、また、様々な外部刺激が皮膚内部に侵入しないようブロックしますので、抗原抗体反応も起きにくくなり、乱れた表皮新陳代謝も正常に戻ります。合成界面活性剤・アルコール、多量の油分や化学薬剤が含まれていないため、バリアを壊さず、肌力に負担をかけません。海の森化粧品は、時間はかかっても肌自らの力で水分保持力やバリア力のある角質層をつくり、アトピーを繰り返さない肌づくりをしっかりサポートします(時間がかかるのは表皮新陳代謝が影響しているためです。詳しくは、「なぜ海の森スキンケアは、結果が出るまで時間がかかるのか」(<https://uminomori.com/wp-content/uploads/2018/12/3fe38604f70142113f2184ed0fa8697d-1.pdf> #page=5) 参照)。

ステロイドについて

我慢できないほどの痒みやヒリヒリ(痛み)が出る場合、短期間の使用であれば問題なしと考えます。ただし、長期間・多量使用すると、水分保持力・バリア力のない角質層が形成され(角質層が薄くなる)、症状悪化につながるため注意が必要です。用量・用法は医師と相談してください。本来ステロイドは使用しないのが一番ですが、痒みを我慢できずに掻いてしまうと、皮膚バリアが壊れ症状悪化につながります。そのような場合は、海森水のあとワセリンなどを微量使用しますが、それでもどうしても痒みが我慢できない場合はステロイドを使用するというのが、海の森化粧品のステロイドに対する考え方です。