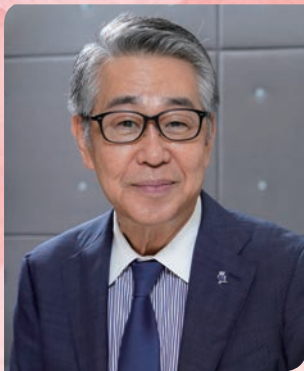


# スキンケアを究める —非疾患肌のスキンケア—



【司会】川島 眞先生  
東京女子医科大学  
名誉教授



小田 富美子先生  
小田ひ尿器科・ふみこ皮膚科



野本 真由美先生  
野本真由美スキンケアクリニック  
総院長



馬場 直子先生  
神奈川県立こども医療センター  
皮膚科部長

(司会以外五十音順)

多くの人は、季節性の生理的变化から起こりがちな軽度の皮膚の不調は、手厚くスキンケアをすることで乗り越えようとする。しかし、それでは落ち着かない状況に陥った場合に、通院・治療という選択肢を検討しはじめるようである。皮膚疾患の発症抑制において、軽度の乾燥や微小炎症に対するスキンケアの果たす役割は医師の間では広く知られているが、スキンケアと治療の間に明確な線を引くことは、実際には難しい。本座談会では、有効成分の配合により機能の高まっている化粧品の活用を含め、患者さんが敏感肌・揺らぎ肌と訴える「未病」段階からのスキンケア指導の重要性についてお話いただいた。

## 疾患を発症する前の 生理的变化のある肌への対応

**川島** 本日はスキンケアについて、とくに皮膚疾患を発症していない健全な肌の生理的变化に対するスキンケアを中心に、話し合いたいと思



川島 眞先生

ます。そもそも皮膚科医は疾患のある肌を診ることが大半で、まったく悩みのない完璧な「健常肌」を診ることは少ないでしょう。診るとすれば、疾患に至る前の生理的な変調やその兆しがある肌だろうと思えます。これは小田先生が提唱されている「未病肌」の概念にも重なる状態だと思えますので、簡単に説明していただけますか。

**小田** 保険適用となる疾患名のついた疾患肌と、完璧にきれいな健常肌の間にある肌を、私は「未病肌」と呼んでいます。保険診療までは要らなくても軽度の乾燥などが認められるような状態を未病と捉え、その段階からスキンケア指導をするようにしています。

**川島** 一見問題はないけれども、季

節、ストレス、疲労、花粉など、何らかのきっかけによって病的な状態へ進展する恐れのある状態を、「未病肌」と定義してもよさそうですね。

未病肌が揺らぐきっかけとして、今、とくに気をつけたいものはありますか。

**野本** 今、COVID-19の影響で、誰もが着用しているマスクでしょうか。これも疾患の誘因になり得ます。顔の皮膚温が1℃上昇すると皮脂量が10%増加するとの報告もあります(図1)<sup>1)</sup>。そのために、それまでなかった尋常性座瘡ができてしまったとの相談を多く受けます。

また、マスクの内側は呼気により湿度が高くなっています。肌は過剰な水分によって保湿されると、バリア機能が落ち経表皮水分