

乾皮症

冬になると皮膚がかさかさになり、白い粉をふいたような状態になるのが乾皮症です。

特に高齢者では95%に乾皮症があり、その半数が掻痒を自覚するそうです。今月は乾皮症について解説します。

原因

皮膚のうるおいは水分量で決まり、皮膚のバリア機能をはたしています。この水分量は、皮脂による水分蒸発防止作用と、天然保湿因子、角質細胞間脂質により一定に保たれています。

ところが、男性は60才を過ぎると、女性は40～50代にかけて急激に皮脂の量が減少していきます。

このため、皮膚の保湿力が低下してバリア機能も低下してしまいます。この状態を乾皮症といい、この状態が続くと、真皮に存在するかゆみの知覚神経線維が表皮に伸びていきます。

そうすると、かゆみに対して過敏になり、わずかな刺激でもかゆみを感じるようになります。

この状態を皮膚掻痒症といいます。

また、かくことで皮膚に炎症を起こし、皮脂欠乏性湿疹へと進行します。



治療

皮膚にうるおいを与えるぬり薬、また、かゆみや湿疹を抑える外用薬や内服薬があります。

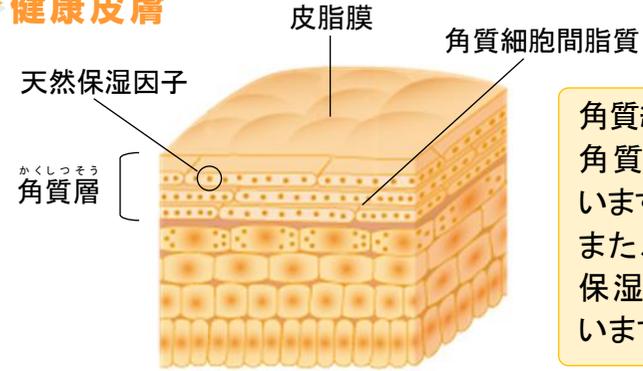
保湿剤には、ヘパリン類似物質(ヒルドイド®)、白色ワセリン(プロペト®)、尿素(ウレパール®、ケラチナミンコーワ®)などがあります。

また、炎症がある場合は、ステロイド剤の外用薬を使います。

かゆみには、抗ヒスタミン剤の外用薬(レスタミンコーワ軟膏®)や、抗アレルギー剤の内服薬を用います。

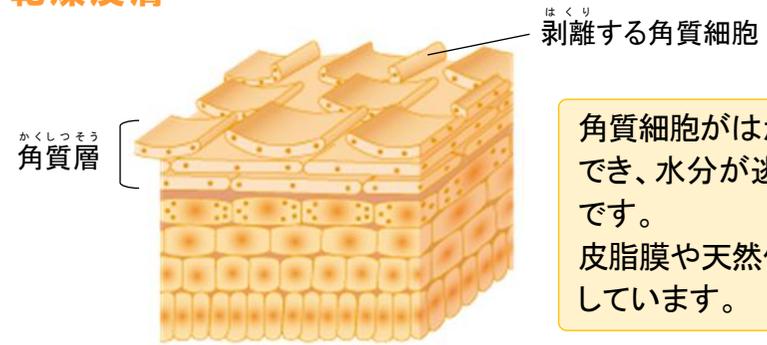


健康皮膚



角質細胞と角質細胞の間には角質細胞間脂質が隙間なくあります。また、皮脂膜も保たれ、天然保湿因子も十分に存在しています。

乾燥皮膚



角質細胞がはがれてすき間ができ、水分が逃げやすい状態です。皮脂膜や天然保湿因子も減少しています。

予防

- 1 入浴時にゴシゴシこすって、皮脂を取り過ぎないようにしましょう。
- 2 温まり過ぎるとかゆみが増すので、熱いお湯での長風呂はせずに、ぬるま湯で短時間の入浴を心がけましょう。
- 3 空気の乾燥は皮膚の乾燥を助長させて、かゆみも悪化させるので、室内温度を上げ過ぎずに、加湿器を使って、湿度を保ちましょう。
- 4 下着は肌触りがソフトな素材を選んでください。
- 5 アルコールや香辛料などの刺激物を取り過ぎると、体が温まってかゆみが強くなるので、控えましょう。