

冬場は乾燥肌にご注意！

気温と湿度が下がる冬場は、皮脂の分泌量が減り、肌の水分蒸発量が多くなります。

これにより肌の乾燥が急速に進みます。

正常な肌では、皮脂腺から分泌される皮脂、汗腺から分泌される水分が混ざり合って作られた、天然の保湿クリーム(皮脂膜)が作られています。

ところが、この保湿クリームがなくなってしまうと、水分が蒸発してしまい、肌が乾燥してしまいます。

このような状態でスキンケアをして、保湿をしたとしても、水分はどんどん蒸発してしまい、乾燥肌を改善させることはできなくなってしまいます。

皮脂膜は外からの刺激からお肌を守るバリアの役割も果たしています。

皮脂膜が薄いか、全くない状態だと、肌が乾燥するだけでなく、バリア機能が低下するためにかゆみが生じて皮膚をかいてしまい、さらにバリアが壊れてしまうという悪循環におちいります。

乾燥肌の根本的なケアで大事なことは、保湿するだけでなく、お肌のバリア機能の修復です。

<洗顔は「洗いすぎない」こと>

本来皮脂はお肌に必要なものです。洗いすぎないことが大切です。また、洗顔や入浴後はお肌の水分が急速に失われますので、すぐにスキンケアをしましょう。

<保湿剤の使い分け>

尿素やワセリンは主に肌の表面に作用します。特に尿素は角質が肥厚した部分に使用されます。ヘパリン類似物質は肌の奥まで浸透し、バリア機能を修復してくれます。ヘパリン類似物質は刺激が少なく、全身どこにでも使用でき、お子さんのお肌にも安心して使用することができます。

