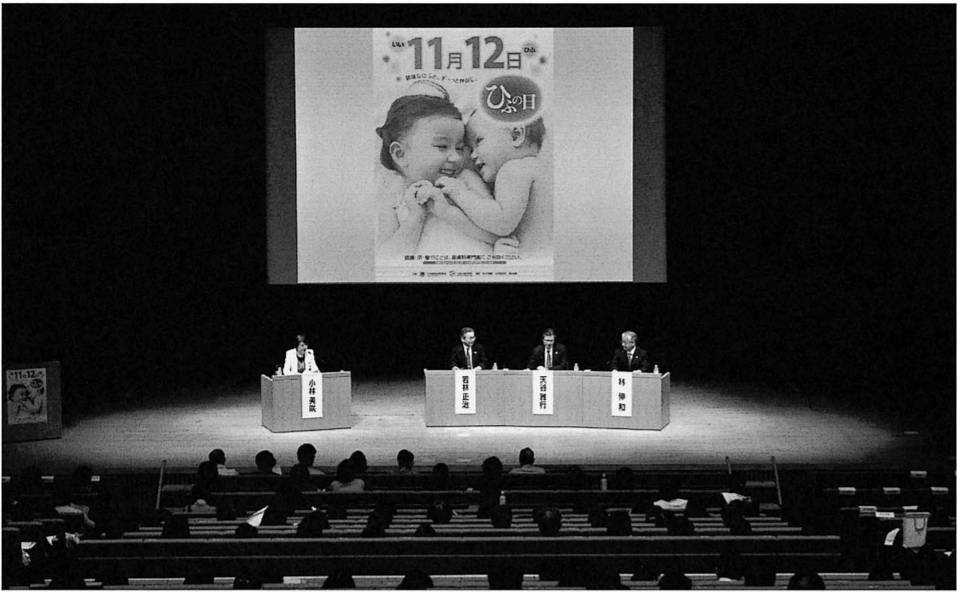


広告

企画・制作＝日本経済新聞社クロスメディア営業局

～365日、調子のいい肌のために～



小林 同様に「抗アレルギー剤」を使用し続けてよいものでしょうかという質問も寄せられました。

小林 「ステロイド剤は海外でも治療の手段として広く浸透しています。角層を速やかに通り抜け真皮に効率的に到達し、即効的に炎症を抑制する」という点で、非常に優れている薬剤の一つです。まずは薬で炎症を鎮めることが治療の重要な役割といえます。

小林 「アレルギー剤は年単位での服用となっても副作用の危険性は低く比較的安心な薬です。それほど不安になる必要はありません。」

小林 「アレルギー剤は年単位での服用となっても副作用の危険性は低く比較的安心な薬です。それほど不安になる必要はありません。」

総合討論
「アトピー症状こそ薬を上手に活用する」
小林 美咲氏

小林 「アレルギー剤は年単位での服用となっても副作用の危険性は低く比較的安心な薬です。それほど不安になる必要はありません。」

小林 「アレルギー剤は年単位での服用となっても副作用の危険性は低く比較的安心な薬です。それほど不安になる必要はありません。」

小林 「アレルギー剤は年単位での服用となっても副作用の危険性は低く比較的安心な薬です。それほど不安になる必要はありません。」

小林 「アレルギー剤は年単位での服用となっても副作用の危険性は低く比較的安心な薬です。それほど不安になる必要はありません。」

皮膚科医と考える アトピー・ニキビの対策

11月12日は「いいひふ」のための「皮膚の日」です。この時期には、皮膚についての正しい知識の普及を目的に、全国各地で講演会をはじめ、様々なイベントが開催されています。東京・大手町では市民公開講座が開催され、多くの参加者が集いました。

毎日のケアで 角層機能を補うことが大切
アトピー性皮膚炎は複雑な病態を呈しています。その原因も様々な要因が絡み合うため、あることが起こることと次のことが起こるといって、原因の上流と下流をさぐるもわからない病気でした。ところが2006年に英国のダンディー大学のマックリン教授によつて、アトピー性皮膚炎の患者には「フィラグリン」というたんぱく質の遺伝子に変異があることが発見されました。表皮の最も外側にある角層では、このフィラグリンが分解される過程において異なるバリア機能を担うことがわ

講演1 アトピーを正しく知ろう



慶応義塾大学 医学部 皮膚科学教室 教授 天谷 雅行氏

かつてきました。またフィラグリンは天然保湿因子となり、角層の水分を保つ役割もしています。バリア機能に重要な役割を果たすフィラグリンの遺伝子に変異があるアトピー性皮膚炎では、角層バリア機能が異常が生じます。スキンケアが壊れ、抗原が侵入することでアレルギー反応が出るという一連の流れの解明によつて、角層のスキンケアの重要性がより高まっています。たとえば、お風呂などは長時間の高温湯浴は避け、入浴後は保湿剤などを活用するなど、角層の機能を補うケアが改めて注目されています。

早期の医療機関への受診と 日常生活の工夫が大切
ニキビは長い経過を経て再発を繰り返す、皮膚の慢性炎症性疾患です。生活習慣病でもなく、不潔だからできるわけでもなく、面皰(めんぼう)と呼ばれる毛穴の詰まりが原因でおきます。ニキビがひどくなったら医療機関へというのではもちろんですが、08年に毛穴の詰まりを改善する治療薬が承認された結果、ニキビの早期の症状である白いニキビや黒いニキビの治療も可能となりました。赤いニキビや膿(うみ)をもったニキビを未然に防ぐだけでなく、改善後の維持療法も医療

講演2 ニキビを治そう ニキビの最新治療とケア



虎の門病院 皮膚科部長 林 伸和氏

機関で受診することが可能となったわけです。
日々のスキンケアにおいて、洗顔は朝晩1日2回で十分です。過度の保湿を避け「ノンコメドジェネリック」「ハイポアロジック」と記載のある保湿ケア製品を選びましょう。お化粧も楽しんでいただければ結構です。髪やマスクでニキビを隠すのではなく、アイメークやリップメークなどのポイントメイクの効果によってニキビを「隠す」から「目立たなくする」ことが可能となります。ニキビを悪化させないためには、バランスのよい食事や十分な睡眠、適度な運動を心がけ、規則正しい生活を送ります。

「皮膚の日」について
今回の公開講座は皮膚の健康を正しく理解していただくことを目的に2002年から毎年開催されています。1987年に日本皮膚科医学会によって制定された「皮膚の日」は、皮膚の健康と皮膚疾患について正しい知識を普及するためのもので、89年から全国規模で講演会や皮膚検診、無料相談会などを実施しており、現在では47都道府県すべての地域で様々なイベントが開催されています。



日本臨床皮膚科医学会会長 若林皮膚科医院院長 若林 正治氏

皮膚科医が伝えるくすりや保湿剤の塗り方指導



日本臨床皮膚科医学会 常任理事 小林皮膚科医院院長 小林 美咲氏

皮膚の炎症に使う外用剤は、角層のケアという意味からも適切な塗り方があります。まず第一に、塗り薬は薬効があるものを浸透させるという意識も大切ですが、皮膚のバリアを保護するという役割があることもぜひ忘れないでいただきたいと思えます。皮膚のバリア機能が阻害されることで炎症が起き、かゆみも強く出てくるわけですから、塗り薬は皮膚の一番上の角層を保護し、その上で有効成分が浸透していくというイメージを思い描いてみてください。

花王 学術美容グループ ビューティーセラピストからのワンポイントアドバイス

保湿ケアのポイント、こすらず・ていねいに・やさしく行うことが大切です。ボディローションは入浴後、肌が少し湿った状態に使用することがポイント。製品の説明書きをよく読み、適量を手にとり、大きくせんとすらないこと。乾燥やかさつき気になる部分に塗りましょう。これからの季節、お風呂上がりのリラックスタイムに「保湿ケア」はぜひ取り入れていただきたい習慣です。

健康なひふと、ず〜っと仲良し。 11月12日 ひふの日
皮膚には、人を守る重要な機能があります。皮膚科専門医は、みなさまの健やかな皮膚、髪、爪を守ります。
●皮膚科専門医は、往診します。在宅看護にも貢献しています。
●皮膚科は大きな病院とお近くのクリニックとの連携が充実しています。
皮膚科専門医
最低5年間の皮膚科研修と講習、論文発表などの条件を満たし、資格試験に合格した医師だけが授与される資格です。
5年ごとに審査を行い、資格を更新しています。