



いわて医療通信 【菲薄化】

# 恐るべし肌老化の 四大原因③皮膚の菲薄化①

今回は皮膚の菲薄化について記載します。皮膚は表皮、真皮、皮下組織の3層からなります。そのうちの表皮と真皮を示した図をご覧ください。肌の菲薄化とは、表皮の表面にある角質層や表皮の下の真皮層が薄くなって炎症を起こして

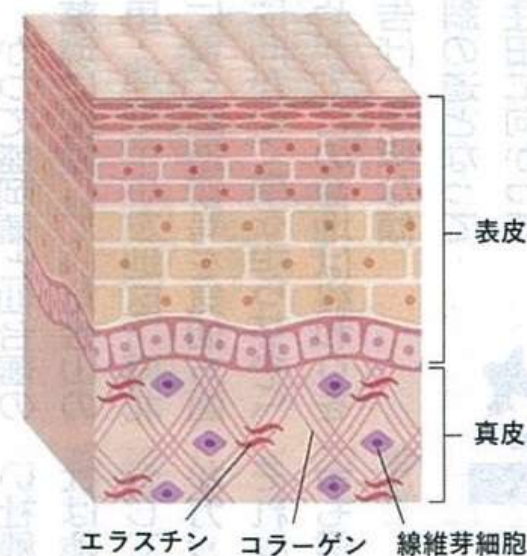
まう現象です。歳を取ると皮膚は菲薄化していきます。菲薄化が起る原因には、主に3つのものがあげられます。

## ①真皮のコラーゲンの減少

## ②女性ホルモンの減少

図にも示してあります。真皮の場所に線維芽細胞が存在します。この細胞

女性ホルモンは皮膚にも関係しています。女性ホルモンには真皮層でのコラーゲンの生成を刺激するとい



は皮膚に張りや弾力を与える膠原線維(コラーゲン)や弾性線維(エラスチン)を産生します。年を重ねることによってこの細胞の機能が低下し、真皮層の

減ってきます。これにより新陳代謝も悪くなり、シミやシワも増えていきます。③肌への余分な刺激

代謝を促す美容法であるピーリングを過剰に行ったり、ゴシゴシとこするよう洗顔をすることなど、日頃のスキンケアの中でも肌の菲薄化の原因となることが多くあります。また、以前にも記載しましたが肌の乾燥も原因の一つとなります。その他、年齢に関する肌の菲薄化が進んでしまう原因の一つに、皮膚科などで処方されたステロイド外用薬の長期投与による副作用があげられます。

次号に菲薄化に対する対策を記載したいと思います。前岩手医科大学皮膚科森志朋