

寒さや積雪が厳しい岩手では暖房器具は欠かせない存在です。しかし、気になるのが空気の乾燥。本日は皆さんが一度は経験したことがある乾燥肌についてお話ししたいと思います。

皮膚が乾燥している状態を皮膚科の専門用語では、「乾皮症」あるいは「皮脂欠乏症」といいます。皮膚の水分が減少し、うるおいがなく、乾燥してカサカサした状態です。皮膚の状態としては、鱗屑(かさかさ)が付き、時に亀裂(ひび)がみられます。皮膚

## いわて医療通信【皮膚科医が語る、お肌の話】

# 1. 今時期、気になる乾燥肌

がざらざらしたり、ブツブツツいたりするサメ肌のようなになることもあり、乾燥した皮膚は刺激を受けやすくなります。正常な状態の皮膚では痒(かゆ)くないような軽い刺激、例えば服でこすれる、あるいは少し温まるというだけでも痒(かゆ)くなります。痒(かゆ)くなる掻(か)いてしま

い、その結果、乾燥に加えて湿疹(しっしん)ができません。これを「皮脂欠乏性(しっしん)湿疹」といいます。さて、乾皮症(皮脂欠乏症)は、中高年齢者に多い傾向にあり、向(む)いてい

ことが多く、外気が乾燥し、発汗量が低下する秋冬にかけて症状が出現します。乾皮症になる原因(理由)として、水分を保つ機能が落ち、皮膚の水分量が少なくなる(理由)があげられます。そうなる原因としては3つあります。1つ目が加齢です。年齢を重ねるにつれて、水分を保持する力が低下し、肌が乾燥しやすくなります。2つ目として環境要因、すなわち湿度が低くなる環境があります。暖房などを使用し、空気が乾燥した環境に長時間いたり、入浴時の脱脂力の強い洗剤の使用やナイロンタオルなどによるこすり洗い、高温のお湯への入浴なども皮膚の水分保持機能を低下させる原因として考えられています。

そして、3つ目は湿疹など(皮膚疾患や全身疾患に伴うもの、あるいは抗がん剤の治療や放射線治療などを受けているときに症状が出る)があります。今回はしばしば生じる

「乾皮症」について説明しました。

皮膚に関して気になる症状があるときは皮膚科の専門医にご相談ください。

岩手医科大学医学部  
皮膚科学講座

天野 博雄

内丸メディカルセンターは、紹介状の有無に関わらず受診が可能です。

