



ドライスキンの科学

冬になるよ

何も無いのに

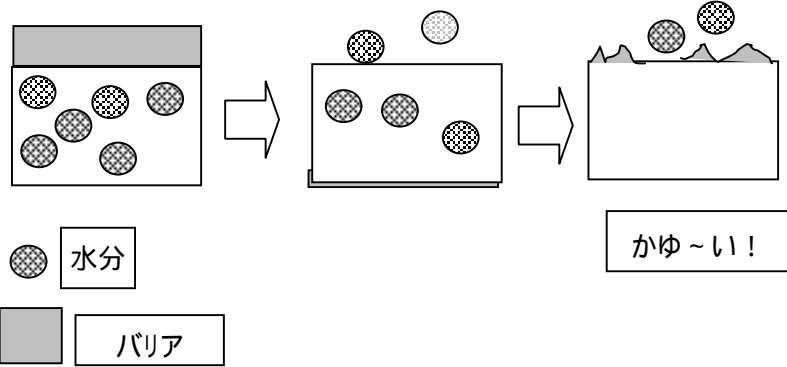
かゆいのよ



「最近、体のあちこちがかゆくてたまらないんだよ。なんでかねえ。」
 毎年冬が近づくと患者さんや職員の方から、このような訴えを聞きます。でも、みてみると何もできていない。おかしいなあと思ったことはありませんか？

冬になるとかゆくなるのは、お肌がカサカサする「ドライスキン」が原因なのです。

普段、私たちの肌は、毛穴から出るあぶらと汗でバリアのようなものをつくっていて、それが肌の水分が乾燥するのを防いでいます。ところが冬になると、寒くて汗やあぶらがとれていくのでバリアが弱くなります。おまけに空気が乾燥しているのも、水分がどんどん蒸発してお肌がカサカサ乾燥してしまいます。さらに年齢が高くなると、あぶらが少なくなってさらにカサカサしやすくなります。このバリアのないむき出しのお肌に服があるところでもかゆくなります。おまけに、かゆいからといってぼりぼり掻いてしまうとさらにバリアが弱くなって乾燥してさらにかゆくなる...という悪循環になります。(図)



ら、ワックスかけの要領でタオルでぶき取ります。少しべたべたするので嫌という人も多いのですが、これなら大丈夫です。特にお風呂上りはあぶらが少なくなってきているので効果的です。かゆみが強い方はさらにかゆみ止めを少しぬったり、飲んだりしてもらいます。1週間も続けていると、あら不思議。お肌のかゆみは気にならなくなるほど減ってくるはずですよ。眠れないほどかゆいこの「ドライスキン」。もし、お困りだったら御相談ください。

【いびき共同診療所医師 鈴木伸】

はっこう 発行 ことぶきいりょうほんつうしんしゃ 寿医療研通信社

横浜市中区松影町
3-11-2-402
NPO 法人訪問看護ステーション
コスモス寿気付

発行日
2005年12月18日

第 48 号