3年生

**おくすりナビ（２０２０年　１２月号）**

乾燥肌の人は日頃からスキンケアを

**刺激**

死んだ細胞　　　　が積み重なり、

その隙間に水分や油分　　　　が

あることで**バリア機能**が発揮され、

刺激から皮ふを守ったり、雑菌や

ウイルスの侵入を防ぎます。

＜ 原因 ＞

**・乾燥**

**・病気（アトピー）**

**・硬いタオルなどで**

 **強くこする**

**・アカすり**

＜ 原因 ＞

血管

**バリア機能が正常な皮ふ**

**角質層がはがれ落ちて**

**バリア機能がさらに弱まった皮ふ**

など

など

保湿

原因の除去

回復に時間が

かかる･･･

**刺激**

**刺激**

**かゆみ**

**炎症、痛み**

きむしると･･･

**角質層の水分や油分が減り**

**バリア機能が弱まった皮ふ**

**（ 乾燥肌の状態 ）**

皮ふの乾燥は、皮ふのバリア機能を弱らせ、かゆみの原因になります。また、皮ふを強くこする、きむしることは皮ふのバリア機能を大きく弱らせ、外部の刺激（衣類や紫外線など)が原因となり、炎症や痛みが起こることもあります。

皮ふが乾燥しやすい人はお風呂上がりに保湿するなど、日頃からスキンケアを心がけましょう。

乾燥肌でお悩みの人は、薬剤師に相談、または皮ふ科を受診しましょう。

健康やお薬などについて、気になることがある方は、相談薬局・出張相談会で薬剤師に気軽にお尋ねください。

作成・発行元

**《 －出張相談会－　 保健室に薬剤師が来ます 》**

おくすりナビの内容、医薬品や健康、薬物乱用など

について、相談・聞きたいことがある人は保健室まで！

**●月●日　　●時●分　～ ●時●分**