1

特集 アトピー性皮膚炎のスキンケア

# 皮膚の美しさを決めるのは？

菊地克子
医療法人社団廣仁会 仙台たいはく皮膚科クリニック 院長

美しい皮膚をイメージすると，①適度なツヤと潤いがあり，そっと触ると表面は柔らかで滑らか，②色調が均一で自然な血色があり透明感がある，③押し込むように触ったときに張りと弾力がある皮膚が想起される．皮膚科的にいえば，①のツヤと潤いならびに表面が柔らかであることは，適度に皮表脂質があり角層水分量を保持していること，皮表の滑らかさには，鱗屑がないことや皮丘が細かく大きさが揃っており皮膚紋理が多方向を向いていること，顔面においては，毛孔開大や角栓が目立たないことが関係している．②の色調の均一性には，血流と皮膚メラニン機構が正常であること，③の張りと弾力には，主に真皮の膠原線維や弾性線維の状態が関係している．

## はじめに

皮膚の美しさを決めるものは？という題目を与えられ，皮膚科医としての臨床経験と大学医局在局中に「皮膚の形態学的ならびに生理機能の客観的評価」を研究テーマとして行った経験を踏まえて，記そうと思う．多少独善的になるかもしれないが，お許しいただきたい．

## 汚れがなく清潔であること

あたりまえかもしれないが，汚れを落として清浄に保たれた皮膚は美しい．垢がたまっていたりしては台なしである．

## う・な・は・だ・け・つ

美容業界では，美しい皮膚の条件として，「う・な・は・だ・け・つ」という合い言葉があるとのことである．「う」は潤いのう，「な」は滑らかのな，「は」は張りのは，「だ」は弾力のだ，「け」は血色のけ，「つ」はツヤのつということであり，うまく語呂合わせしていると感心した．

図1 下腿の乾燥皮膚（50代女性の冬季乾皮症）のダーモスコピー像
皮野が大きく鱗屑を付着し粗造な外観を呈する．

## 潤って滑らか，ツヤがある

潤いやツヤは，皮膚の最表層の角層が適度に水分を保持していることが反映される．顔面などの脂漏部位であれば，適度な皮表脂質があることが皮膚にツヤを与える．ただし，皮表脂質が多すぎると脂っぽさやテカリがでるので，ほどほどが肝心である．角層の水分保持に必要な因子については，角層細胞ならびに汗から供給される天然保湿因子，皮表脂質，そして角層細胞間脂質などである．

皮膚表面が滑らかであるためには，①皮膚表面に毛羽立つ鱗屑がないこと，②皮丘が細かく大きさが揃っており，皮膚紋理が多方向を向いていることが挙げられる．さらに，顔面であれば，③色素沈着した角栓が詰まった開大した毛穴がなく，毛穴による凹凸が少ないことが挙げられよう．

鱗屑は，角層の落屑異常が生じて，本来1枚ずつ剥がれるべき角層細胞が塊となって剥がれつつあるために肉眼的に見えるようになったものである．加齢や冬季の低湿度環境により乾皮症が生じると，皮膚表面には細かい鱗屑が付着し粗造な外観を呈する（図1）．魚鱗癬のように，最終段階の落屑が問題である場合もあるし，アトピー性皮膚炎のように，表皮角化細胞の増殖亢進の結果，表皮角層の分化が不完全となり，最終段階の落屑の際に働く種々の因子の機能低下が生じる場合もある．このような落屑障害や表皮の分化障害のある病的皮膚においては，潤いのある皮膚にするためには単に保湿剤を塗布するだけではなく，原疾患の適切な治療が必要となる．

極度の低湿度環境中では，健常皮膚であっても角層表層の水分含有量が減少し柔軟性が低下するため，目尻にシワを寄せるようにきつく閉眼，開眼を繰り返すと皮膚紋理が一方向を向いて小ジワが形成されることが知られている[1]．

皮膚紋理が細かく多方向を向いていることが，キメが整いシワのない美しい皮膚の条件の1つであろう．規則正しい皮丘，皮溝の形成には，表皮ならびに真皮乳頭層の構造が正常であることが必要である．苔癬化病変では，皮膚表面が乾きゴワゴワして皮野が大きくなり，皮膚紋理が一方向を向くので，その反対と考えればよい．真皮上層に日光性弾力線維症が生じた皮膚では，項部菱形皮膚に代表されるように，大きく深いシワが生じ，細かい皮膚紋理