



## 乾燥肌について

## ～原因・予防～



### 【乾燥肌とは？】

皮脂欠乏症、乾皮症、ドライスキンとも呼ばれ、通常よりも肌の水分や皮脂が不足して角質がはがれ、皮膚のバリア機能が損なわれている状態です。

粉吹きがち



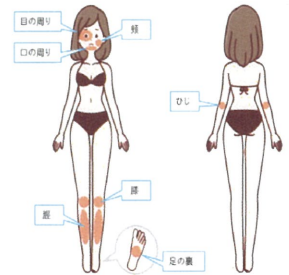
### 【原因】

合わない洗顔料の使用、入浴時のボディークリームによる洗いすぎ、暖房や冷房による空気の乾燥、加齢による皮脂の分泌量の低下により、肌の水分や皮脂が少なくなります。高齢だけでなく、赤ちゃんや子供にも起こりやすく、皮膚が乾燥することにより肌荒れもしやすい状態になります。一般的には、空気が乾燥する冬に悪化して、逆に夏に改善する傾向にあります。

### 【症状】

皮膚がかさかさする、ガサガサになる、肌がつっぱる感じがする、白い粉がふく、ひび割れなどの症状があります。悪化するとかゆみや痛みが生じます。入浴後や洗顔後に症状を感じることもあります。肌が乾燥していても、顔や背中が肌荒れしてニキビができることもあります。

乾燥しやすい部位



### 【治療法】

保湿剤の使用が効果的です。皮膚の炎症が強い場合は、ステロイドを使用します。

### 【注意点】

#### ・体を洗いすぎない

刺激のあるタオルを使用すると、皮脂が取れすぎてしまい皮膚のバリア機能が低下します。刺激の少ないタオルや手でやさしく洗ってください。



#### ・刺激の強い服は避ける

ポリエステルなどの化学繊維の服や吸湿発熱素材でできた下着は、皮膚への刺激が強いため避けてください。

## ～ 2月休診日 ～



- ・ 4日(火) 13時30分～15時00分 (訪問診療から戻り次第、診察開始)
- ・ 5日(水) 午後



・ オンライン診療 (CLINICS) ・  
携帯電話やパソコンを使って  
予約、診療、支払いまでできます。  
下記の方がご利用できます。



- 【定期受診】【アレルギー性鼻炎 (初めてでもOK)】
- 【胃カメラ事前相談】【新型コロナ陽性】

・ WEB問診 (メルプ) ・  
問診票を事前に入力できます。  
下記の方へご案内します。



- 【初めて・ひさしぶり】
- 【発熱外来 (完全予約)】
- 【新型コロナ陽性 (自己検査) (完全予約)】

診療時間のご案内 住所 : 賀茂郡河津町下佐ヶ野71-1 (セブンイレブン下佐ヶ野店隣) 電話 : 0558(36)8606  
(受付時間 8:00～11:30 13:00～15:30 診療時間 8:30～12:00 13:30～16:00 )

内科・小児科・外科	月	火	水	木	金
午前	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師
午後	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	伊藤淑子医師	休診	伊藤淑子医師

