

老人性乾皮症について



老人性乾皮症は、加齢に伴って皮膚の水分や皮脂が減少し、肌が極度に乾燥してしまう状態のことです。主に高齢者に多く見られる病気で、皮膚のバリア機能が低下することが原因で起こります。

主な原因とメカニズム

私たちの肌の表面は、通常「皮脂膜」や「セラミド」などの細胞間脂質によって潤いが保たれ、外部の刺激から守られています。しかし、歳を重ねるにつれて皮脂の分泌量や水分保持能力、発汗量が低下していきます。その結果、肌のカサつき(乾燥)が引き起こされます。特に、空気の乾燥する秋から冬にかけて症状が悪化しやすいのが特徴です。

症状の特徴

部位…スネ(下腿)に最も出やすく、太もも、腰回り、背中などにも広がります。

見た目…皮膚がカサカサと乾燥し、白い粉を吹いたようになったり、ひび割れて網目ようになったりします。

かゆみ…強いかゆみを伴うことが多く、我慢できずに掻きむしってしまうと、皮膚が赤く炎症を起こす「皮脂欠乏性湿疹」へと進行してしまうため注意が必要です。

対策とケアのポイント

最も重要なのは日常的な保湿ケアです。入浴後や洗顔後に、セラミドや尿素、ヘパリン類似物質などが配合された保湿剤を優しく塗りましょう。

また、入浴時に熱すぎるお湯に浸かったり、ナイロンタオルなどで皮膚をゴシゴシ強く洗ったりすると、必要な皮脂まで落としてしまうため厳禁です。室内を加湿器などで適度な湿度に保ち、肌に直接触れる下着は綿などの刺激の少ない素材を選ぶことも、かゆみの予防につながります。症状が出始めたら悪化する前に皮膚科を受診しましょう。

文責 前原皮膚科クリニック 前原 潔

	内 容	医療機関名など	電話番号	診療・受付時間
夜間・救急医療機関	小児科 夜 間 医 療	福山夜間小児診療所(福山市三吉町南)	☎084-922-4999	毎日19:00~22:30(受け付けは22:15まで)
	救急医療電話相談	こどもの救急電話相談	#8000	平日19:00~翌8:00 土日祝・年末年始17:00~翌8:00
	精神科 救 急 医 療	小泉病院(三原市小泉町)	☎0848-66-3355	毎日24時間
	救急医療相談	精神科救急情報センター(広島市安芸区)	☎082-892-3600	毎日24時間
	夜 間 医 療	福山夜間成人診療所(福山市三吉町南)	☎084-982-9946	毎日19:30~23:00(外科の場合は要事前連絡)
	音声ガイダンスによる休日夜間などの当番医情報提供	医療情報ネット	☎0570-000-692	毎日24時間
全般	救急車要請や病院受診などに関する判断の相談	救急相談センター	#7119 (つながらない場合は☎082-246-2000)	毎日24時間

※救急&予防サイト《こどもの救急》<https://kodomo-qq.jp>

10月	府中地区医師会休日当番医 診療時間…9:00~17:00		
4日①	内 住井内科 ☎0847-40-3030 (新市町)	内 ほそや内科クリニック ☎0847-40-0780 (中須町)	府中北市民病院 (上下町) ☎0847-62-2211
11日①	内 草浦医院 ☎084-972-8885 (駅家町)	外 寺岡記念病院 ☎0847-52-3140 (新市町)	
12日①	内 こどもクリニックはぐくみ ☎084-970-1180 (駅家町)	外 せおクリニック ☎0847-40-0246 (栗柄町)	
18日①	内 きたむら内科クリニック ☎0847-45-1088 (府川町)	外 府中市民病院 ☎0847-45-3300 (鵜飼町)	
25日①	内 佐野内科医院 ☎0847-45-5310 (鵜飼町)	内 唐川医院 ☎0847-45-4030 (中須町)	

変更されることがありますので、事前に医療機関へ問い合わせてください。



府中地区医師会HP
府中市休日当番医

外…外科 内…内科