

【アドセンス用記事】 600 字

にきびと乾燥肌の関係は？

メインキーワード：にきび

サブキーワード：乾燥肌

メイン・サブキーワードを
織り交ぜて記事を作成しま
す。

にきびといえばオイリー肌の人を悩ませるものというイメージがあり、乾燥肌ならにきびとは無縁のようにも感じますね。

でもこのところ、乾燥肌のはずなのににきびができてしまうという方が急増しているのだとか。これは一体どうしてなのでしょう。

ご存知のようににきびとは、過剰に分泌された皮脂が毛穴に詰まることで炎症を起こしたり、毛穴の中でアクネ菌が繁殖することで起こる疾患です。

乾燥肌の場合には過剰に皮脂が分泌されるというケースはほとんど見られません。しかし、乾燥肌は皮脂の分泌が少ないため、水分が失われて角質層がどうしても硬くなりがち。この硬い角質が毛穴を詰まらせ、にきびとなってしまうのです。

乾燥肌というのは、実は意外にもにきびができやすいんですね。

逆に乾燥肌の状態が緩和されることでにきびができにくくなったというケースもよく見られます。

それだけに、にきびの原因が乾燥肌であるのなら、にきびケアと同時に乾燥肌に対するケアをしていく必要がある、ということになるわけです。

この場合のケアのポイントはやはり保湿。オイル分だけではなく、水分の補給を重点においてケアする必要があります。

よく乾燥肌だからオイル分を塗ることに重点を置いている方がいらっしゃいますが、これは場合によっては逆効果。あくまでも水分を十分に補った上でオイルを使うということが大切です。

注意したいのは、実際には乾燥肌でありながら、にきびができやすいので自分はオイリー肌だと勘違いしてしまう方が少なくないということ。

まちがったスキンケアはかえって乾燥肌を進行させてしまうことになりますので、十分に注意するようにしましょう。