

# よくわかる皮膚科学

## AGA・FAGAについて

ストレス社会である昨今、薄毛や抜け毛に悩む人は増え続けていますが、中でもAGA（男性型脱毛症）・FAGA（女性男性型脱毛症）と言われる脱毛症の方が急激に増えています。この脱毛症は、「男性ホルモン」が大きく関係しています。女性も男性ホルモンが関係するといふのは不思議に思われるかもしれませんが「社会進出によるストレス」「ダイエットによる栄養バランスの崩れ」「正血圧・冷え性・貧血症」などによって女子ホルモンの分泌が低下する為、男性ホルモンの影響を受けやすくなるのです。この脱毛症のメカニズムをもう少し詳しく説明しますと、

「男性ホルモン」に、体内に存在する「5αリダクターゼ」という酵素が作用して「ジヒドロテストステロン（DHT）」という脱毛の原因物質が生じることになります。したがって、現在の育毛分野では「5αリダクターゼ」の活動を阻害することが重要課題となつています。

### 女性でYESが4つ以上ある方はFAGAに注意!

**FAGA (女性男性型脱毛症)とは?**  
「社会進出によるストレス」「ダイエットによる栄養不足」「低血圧・冷え性・貧血症」などによりホルモンバランスがずれ、最近では男性だけでなく女性にも薄毛・脱毛が多く見られます。女性の場合は、加齢とともにエストロゲンの分泌が減少します。女性ホルモンが減少すると、男性ホルモンの相対的な作用が増え、薄毛・脱毛の原因となります。20～30代にも増加している傾向があり、なかには10代で薄毛に悩む女性もいます。

ここで、AGA、FAGAの簡単な診断法を紹介いたしますので、思い当たる人は早めにケアしましょう。

### 男性で「YES」が4つ以上ある場合はAGAに注意!

**AGA (男性型脱毛症)とは?**  
成人男性に多い、頭髪が薄くなる状態のことです。思春期以降に顔の生え際や頭頂部の髪が、どちらか一方、または双方から薄くなっていきます。一時的に、主な原因は「遺伝・男性ホルモン」の影響と考えられています。抜け毛が進行し、薄毛が目立つようになります。

## ご愛用者からのご感想掲示板

**薄毛に効果が!**  
兵庫・加古川市 S・Mさん(女)  
友人の紹介で薬用ルートプラスワンFを使い始めて一年半立ちますが、毛の薄かったのが多くなり喜んでおります。

**六十歳過ぎての発毛にびっくり!**  
富山・富山市 K・Iさん(女)  
長年抜け毛や薄毛に悩んでいましたが、「宇輝H」を使用してからは、髪にボリュームが出てパーマを必要としなくなりました。六十歳を過ぎても発毛するのに驚きます。

**洗髪時の抜け毛が激減!**  
山口・宇部市 K・Uさん(女) 美容業  
薬用ルートプラスワンFを一年以上使っていますが、洗髪時の抜け毛の量が明らかに減ったので引き続き購入しています。

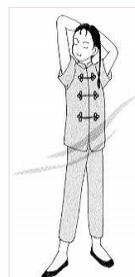
**薄毛の悩み解消!**  
北海道・千歳市 M・Nさん(女) 主婦  
遺伝的なのか毛は細く、上と後ろから見ると地肌が透けて見え悩みだったんですが御社のルートプラスワン・ナノシャンプー・ポリリウムアップクリームを欠かさず使用した結果悩みが解消されました。

効果の現れかたには個人差がありますが、その中でご紹介したご感想は、製品の効果を必ずしも保証するものではありません。

**Root sigma one**  
サンシドールルートシグマワン  
150mL ¥15000 (税抜)

## 東洋医学による健康法

秋のシミ対策の巻  
中医師 黄 懐龍



秋は、夏の強い日差しでダメージを受けた肌にシミができて気になる季節です。シミは、老化のサインともいわれ、長年の間、少しずつ紫外線のダメージを受け続け、初期には肌のくすみ程度で気にならなかったのが、ある日、何気なく見た鏡に映った自分の顔に、「あー!そこ大きなシミが?!」、こないやいな体験をするのが40代からです。一度できてしまったシミはなかなか自然に消えません。シミの原因は、主に紫外線や外傷、熱などが色素細胞を刺激して、メラニン色素が沈着するためですが、人は年齢とともに皮膚の代謝が衰え、体内の活性酸素や過酸化脂質の増加の影響で、わずかな紫外線でもシミが発生します。又ストレス、過労、妊娠、ホルモンのアンバランスなども発症要因で、更に日光照射が加わると、発生しやすくなります。

シミの症状は主に皮膚の色素の沈着だけで、痛みや痒みなどの自覚症状はありません。臨床ではシミの形や出る年齢、原因などによって以下の疾病に分けられます。

もっとも一般的に見られる代表的シミは「老人性色素斑」で、中年以降、主として顔面、腕、手の甲にできますが、必ずしも高齢者だけに現れるわけではなく、早い人では20歳代で症状が現れることもあります。つぎに「肝斑」と呼ばれるシミがあります。これは女性に多く、30歳代後半から、両頬に左右対称で広がる境界鮮明な褐色の色素斑で、妊娠・出産をきっかけに現れることがあります。一方「ソバカス」は、遺伝によって現れてくる米粒大の褐色の色素沈着で、思春期ごろから目立ってきます。その他、老人性疣贅(ゆうぜい)ともいい、シミが少し盛り上がった様に見える「脂漏性角化症」と、皮膚の炎症後に残るシミの「炎症後色素沈着症」、或いはナイロンタオルやブラシで皮膚をこすり過ぎることによって起こる「摩擦黒皮症」などがあります。以上の疾患はいずれも、紫外線によって色素沈着が目立ってきます。シミを予防するには徹底した紫外線対策が基本です。日焼け止めクリームや日傘、帽子などを使って直射日光を避けるようにしましょう。

それからストレスの解消、心身の養生、十分な睡眠時間を取る必要があります。お肌の新陳代謝を高めるため、フェイシャルマッサージや正しい洗顔の励行で古い角質、深部の汚れをしっかりと落としましょう。

出来てしまったシミに対しては、ビタミンC、ビタミンE、トラネキサム酸などの内服薬と、メラニン色素の産生を抑える塗り薬(胎盤エキス、ハイドロキノリン、アゼライン酸、ルシノール、ピタミドCなど)や、沈着したメラニン色素を早く排出させる作用のある塗り薬(レチノイン酸、ヒドロキシ酸など)を用います。外科治療では、シミの深さによってはレーザー治療(肝斑に対して無効です)や、ケミカルピーリング、トレチノイン療法などがあります。いずれも、皮膚科医の指導を受けましょう。

★ツボ探す時に用いる一寸とは、親指の関節部横幅の長さです。三寸は、親指を除く4本指の幅です。

1. **内分泌**: 耳穴下の切れ込み部分
2. **腎上腺**: 耳穴の前にある膨らみ部分のすぐ下
3. **肺**: 耳穴へと続く浅い窪みの中央付近

