

よくわかる皮膚科学

秋の抜け毛を防ぐには

厳しい暑さから解放され涼風にはほっと一息つく頃になると、抜け毛が気になる季節の到来です。暑さのため胃腸が弱り、食欲不振に陥ることもその原因のひとつですが、一番大きいのは紫外線の影響だと思えます。

紫外線には皮膚を黒化させるUVAと皮膚を炎症させるUVBという二種類があります。UVAは五月が最も量が多いのに対し、UVBは七月〜八月が最も多くなっています。それだけに秋の頭皮はUVBの影響を大きく受けます。



日に焼けた皮膚の角質細胞は保湿成分として重要な、遊離アミノ酸やピロリドンカルボン酸も照射後に減少し、水分が減少しています。ですから、乾燥による頭皮の衰えが進行しやすくなります。

頭皮が衰えますと、固着力が低下します。これは、通常一本の髪を引き抜くのに五十〜八十グラムの力が必要なのですが、これ以下の力で抜けてしまうようになります。こうなると、ブラッシングや洗髪時に、髪が抜けやすくなってしまうのです。

回復法は、脱脂力の緩やかな、弱酸性シャンプーを使用し、さらに頭皮に潤いを与える保湿成分が配合された育毛剤や頭皮用クリームを使用することです。当社の製品で、「ルートプラスワン ポリリウムアップ スキヤルプクリーム」を頭皮に塗布し、よくマッサージすると効果的です。

また、「アルコール濃度の高い育毛剤は乾燥を助長するので、絶対に避けてください。」

ご愛用者からのご感想掲示板

髪が根元から立ち上がって！
東京・町田市 N・Iさん (女) 会社員
薬用王将エクストラRを一年以上使用していますが、髪にハリコシが出てきて、根元から立ち上がりポリリウムがあるように見えてきました。スキットした清涼感に心癒されます！
静岡・富士宮市 S・Oさん (女) 家事手伝

長年王将セレクトCRを愛用しています。お陰様で今ではずっと髪が健康に保たれています。スキットした清涼感が最高ですね。ストレス発散します。今では手放せないものとなりました。

頭皮がいつも爽やか！
愛知・刈谷市 A・Kさん (女)
薬用セフィアンRを使用していますが、頭皮がいつも爽やかでフケも出ません。最高の商品です。今後ともよろしくお願ひします。

抗がん剤による脱毛が！
大阪・岸和田市 F・Yさん (男) 会社経営
昨年七月〜八月抗がん剤治療し、抜け毛で悩みましたが、頑張って貴社薬用ルートプラスワンを続けたところ、年明けより前よりも元気な髪が生えてきました。嬉しいです！

効果の現れかたには個人差がありますが、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。



東洋医学による健康法 秋の老年痴呆症対策の巻

中医師 黄 懐龍



二十一世紀の日本は本格的な高齢化社会に入し、平均寿命は現在世界一ですが、長生きする以上、少しでも健康で自立した老人、すなわち健康長寿でありたいものです。そこで今回は健康長寿の最大の敵である痴呆症についてお話ししたいと思います。

六十五歳以上の出現率が約5%と言われる痴呆症には、「脳血管性痴呆症」と「アルツハイマー型痴呆症」が九十%以上占めており、日本では以前は前者が多かったのですが、最近では後者が増加の一途をたどっています。

動脈硬化、脳血管障害等による脳血管性痴呆に対し、アルツハイマー型痴呆は原因が明確に解明されていない難病です。しかし病気の本態として、脳の中にβ蛋白が生成しやすくなることが判っており、それがフリーラジカルの関与で不溶性のアミロイドに変化し脳全般に沈着し、神経細胞が次第に変性して脳萎縮が進行し、通常の老化以上に脳の働きが落ちると考えられます。

臨床の現れは主に記憶障害と認知障害で、痴呆症の基本的な症状は、ついさつき食べた物を忘れるとか、やかんをかけた事をすっかり忘れ、火事騒ぎになるとか、自分の誕生日は覚えていても、今日の日付とか、家族の顔を判別できないなど、最近の事から忘れていくという物忘れや、些細なことで泣いたり笑ったりする感情失調、そして徘徊したり、怒りっぽくなったり、気分が落ち込んだりする、おかしな行為などがあります。

中医学では痴呆症を腎虚、瘀血、痰濁など三つのタイプに分けられます。まず腎気の虚弱により、脳血管循環及び神経細胞の働きが衰え、脳萎縮など、いわゆる老化の現象が現れます。そのため瘀血、痰濁など体内の病理代謝産物が

生じやすくなり、血管内膜に沈着したり、血管を塞いだり、過酸化脂質を生成したりするなどして痴呆症を引き起こすと考えられています。

老年痴呆症の対策は、まず脳血管障害の予防と脳血流を整える事が重要で、その為には高脂血症、高血圧、糖尿病等三大脳血管障害のリスクファクターの予防治療が不可欠です。それには禁煙や、正しい食生活が大切です。具体的には動物脂肪を控えめにし不飽和脂肪酸を多く含む魚や、活性酸素を押さえるビタミンE、C、ω-3脂肪酸等を含んでいる緑黄色野菜、更に頭の働きを高めるレシチン等のリン脂質を含有する豆腐等の大豆製品をよく摂ることや、イチョウ葉エキス成分のギンコライドや、魚油の成分であるDHCなどを含有するサプリメントを愛用することがあげられます。更に、適度な運動や、趣味をもち、娯楽活動等に積極的に参加するという活発な精神活動に心がけ積極的意欲を高める生活をしていくことが、老化を防止、痴呆を予防治療に役立つと思われま

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

- 百会：頭頂部で両耳を結んだ線と正中線が交わる所
- 神庭：前部髪の生え際から0.5寸上の正中線上
- 印堂：両眉毛の間の中央
- 豊隆：くるぶしの線上、膝の外側との中間点