

しみはメラニンという黒い色素が表皮に集まったものです。お肌が紫外線、つまり日光にさらされると、防御反応としてしみが増えます。

「冬になったのにまだ色が黒い。あれっ、こんなところにしみが!」といった経験があ

美容皮膚科医に聞く! キレイの最前線

2

る人もおられるでしょう。

一言でしみといっても、でき方や形状にいろいろなタイプがあります。

【老人性色素斑】顔にできるしみの大半がこのタイプです。日光ほくろともいわれ、紫外線によって悪化します。

【脂漏性角化症】「老人性いぼ」といわれ、加齢とともに増えますが良性です。尋常性いぼのように、人にはうつりません。顔、胸の前などにできやすいです。

【雀卵斑】いわゆる「そばかす」です。多くの場合は

「しみ」形状さまざま 適切な処置方法を



イラスト・きむらかずよ

鼻と左右の頬を中心に見られます。10代の思春期にかけて徐々に濃くなり、加齢に伴い対称にあるモヤっとしたしみ薄くなることもあります。親からの遺伝が関係することがとが多く、肌をこすることが

女性ホルモンのバランスの变化が原因とされています。

【ほくろ】良性の母斑細胞が集まってできています。ただし刺激をすると大きくなる場合、悪性の黒色腫の可能性もあります。足の裏などで急に大きくなったら、皮膚科専門医の診断を受けましょう。

これらのしみを取るには、レーザー治療や塗り薬で、しみの元になるメラニンを除去する処置が必要です。間違った知識で、こするなどの刺激を与えると、かえって濃くなることもありますので要注意です。

次回は、しみの原因となる紫外線をブロックする方法について説明したいと思えます。(向田公美子=藤島高出身、京都市在住)