

花粉症と肌トラブル



花粉症に悩んでいる人にとっては、1年で最も憂鬱になる季節がやってきました。花粉症は、鼻水・くしゃみ・目の痒みが代表的な症状ですが、肌への症状が現れる人もいます。

花粉症皮膚炎

花粉の時期になると、肌が敏感になり、カサつき・痒み・湿疹・発赤などの症状が現れる人がいます。皮膚が薄い目の周りから始まることが多いですが、ひどくなると頬や口周りにも広がります。これらの症状は、『接触性皮膚炎』に相当しますが、最近では、「花粉症皮膚炎」と呼ばれるようになりました。

元々アレルギー体質ではないのに、花粉の時期にだけアレルギー反応がでる人が多いというのも大きな特徴です。

花粉症二次被害

花粉症の人は、マスクとティッシュは欠かせない存在ですね。マスクと肌との慢性的な摩擦による肌荒れ、鼻水を頻繁にティッシュで拭くことによる鼻下（口上）の肌荒れが挙げられます。これらは摩擦や拭き取るなどの動作を短時間に繰り返すことが原因で、バリア機能と呼ばれる肌を刺激から守る働きが低下するためです。



マスクやティッシュによる肌荒れの予防法

マスクやティッシュで肌荒れを起こす方は花粉症状と肌状況のバランスを見極めることが大切です。顔に密着するタイプのマスクよりも、立体感のあるマスクの方が肌に接触する面積が少なくなりトラブルのリスクを減らせます。加えて、肌とマスクの接触する部分周辺に、保湿専用のクリームを塗布すると潤滑油代わりになり摩擦を軽減できます。

鼻水を除去する際は擦って拭き取るのではなく、優しく押さえるようにして吸い取ると肌荒れが軽度で済みます。マスクの蒸れによる吹き出物やニキビの悪化を防ぐには、室内に居る時はマスクをこまめに取り外し肌の換気を促すことです。使い捨てタイプのマスクは毎日新しいものに取り替え、清潔感を保ちましょう。

有料広告掲載欄

介護付有料老人ホーム エクセレントあさひ

- ★要介護1以上の方ならご入居いただけます。
- ★中度・重度の方、胃ろうの方も入居可能です。
- ★看取りについてもご相談ください。

～ゆっくり・楽しく・家族のように豊かな生活がテーマです～



医療法人 福島会
すべての人に微笑みを
—医療・介護を通して地域社会に貢献する—

376-2008 ぶくじま 検索
ブログも公開中!