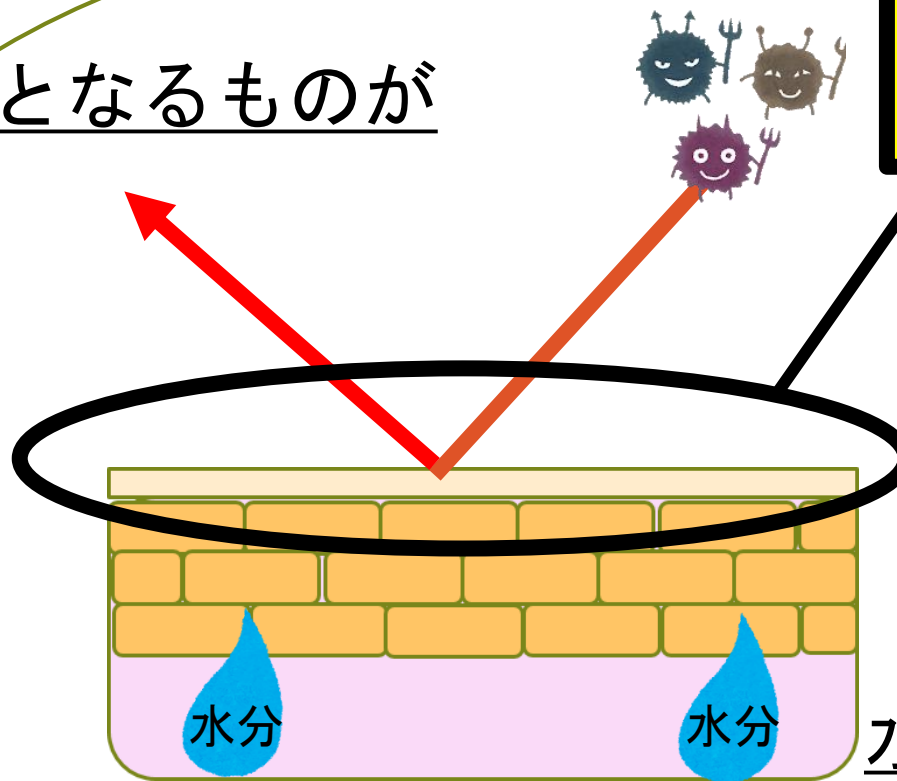


スキンケアの基本 ～皮膚のことを知る～

健康な皮膚

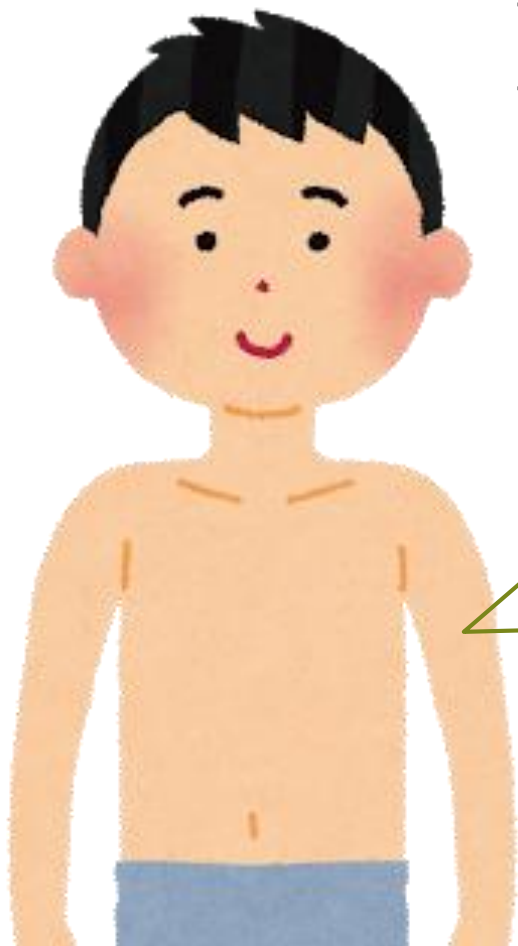
刺激の原因となるものが
入りにくい

皮膚の表面の膜は
バリアの役割

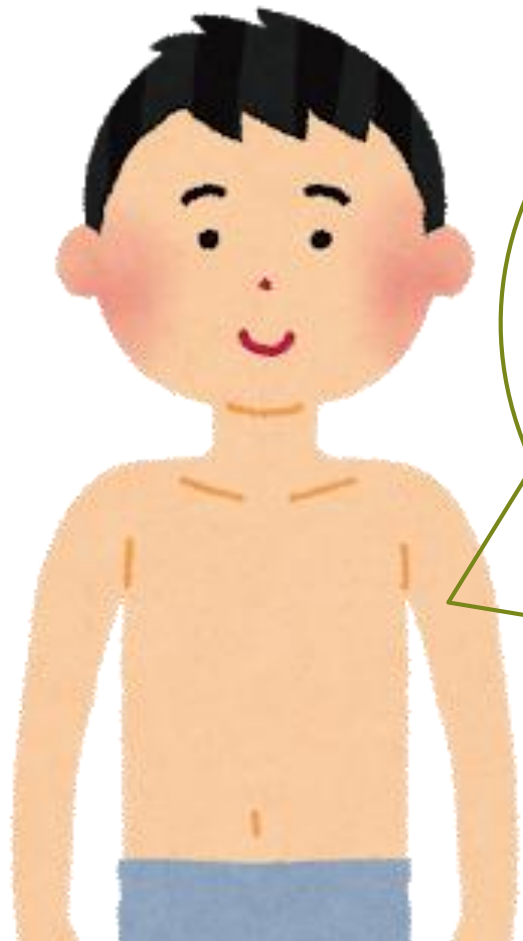


水分が保たれている

※皮膚の断面を横から見た図



かさかさ（※一例）している皮膚



水分がにげていきやすい

水分

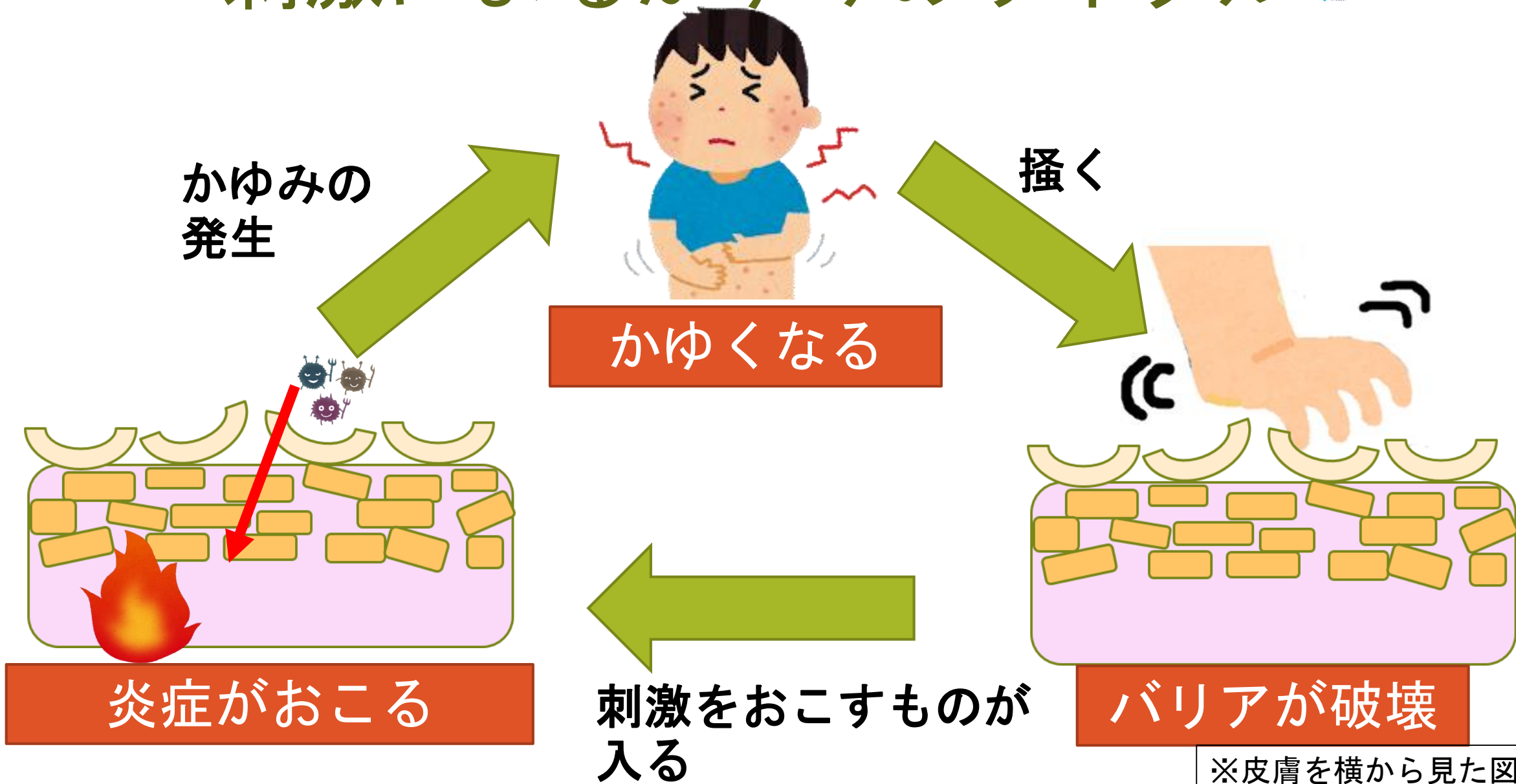


炎症が
起こる

皮膚の表面の
すき間に
刺激をおこす
ものが入る

※皮膚の断面を横から見た図

刺激によるかゆみのサイクル



※皮膚を横から見た図

スキンケアとは



皮膚を**清潔**にすること



保湿してバリアを強くすること

スキンケア

皮膚を清潔にする理由

皮膚には**汚れ**や
常在菌（黄色ブドウ球菌など）や
汗（体液）、**皮脂**などが付着している。



そのままにしていると・・・

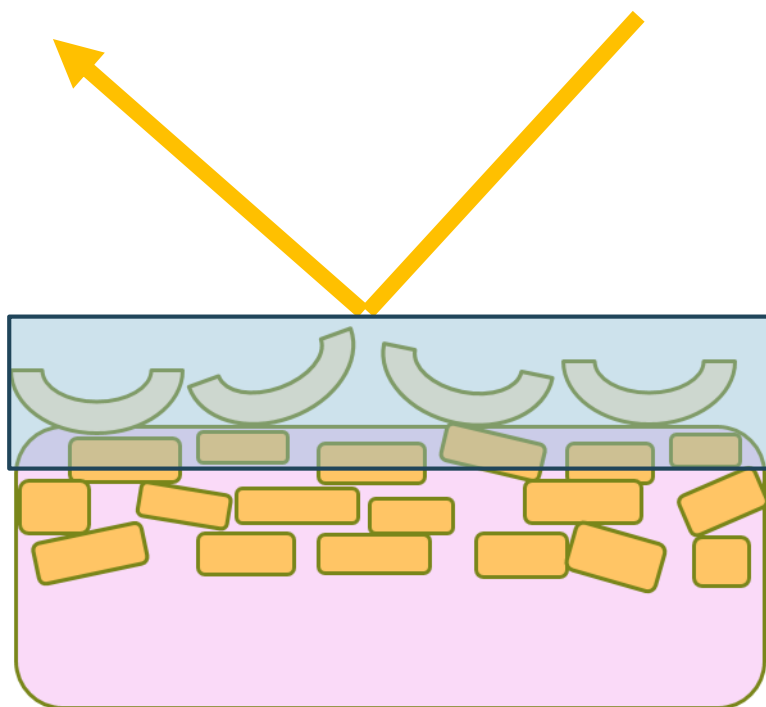
かゆみや感染の原因



皮膚が悪くなる原因を取り除くために
洗って清潔にすることが必要！



保湿（バリア）の効果



- 皮膚に刺激をあたえるものが入りにくい
- 炎症がおこりにくい
- かゆみがおこりにくい

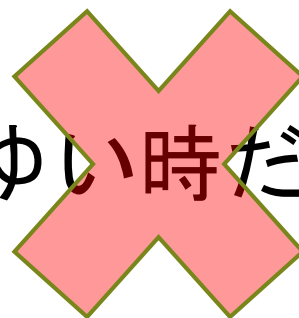
※皮膚断面を横から見た図



スキンケアはどんな時にするか



かゆい時だけ



かゆい時も
かゆくない時も
(予防の効果)



スキンケアは**毎日**続けることが大切です