

乳幼児の保湿

馬場直子

地方独立行政法人 神奈川県立病院機構 神奈川県立こども医療センター 皮膚科 部長 / 横浜市立大学 皮膚科 臨床教授

Point

- ▶ 乳幼児の皮膚はバリア機能が弱く、さまざまな特殊な刺激も加わりやすいため、大人以上にスキンケアに努めなければならない
- ▶ 生後すぐから保湿剤によるスキンケアを行いバリア機能を補強することが、アトピー性皮膚炎だけでなく、食物アレルギーや乳児期のかぶれなどの皮膚トラブルの予防にもつながる
- ▶ 具体的な乳幼児のスキンケアとは、皮膚を傷めずに清潔にすることと、保湿剤によりバリア機能を強化することである

はじめに

以前食物アレルギーは、口から食べた食物が消化管で吸収されることによって感作が成立する、いわゆる経腸管感作が主体と考えられてきました。ところが近年、皮膚から食物抗原が入ってきてアレルギーになる経皮感作という概念が提唱され注目されてきています。乳児期早期に湿疹があると、またそれが重症なほど食物アレルギーになる確率が高いことが国内外の疫学調査でわかってきたことや、大人になってからでも、加水分解小麦入りの石鹸を使った乾燥肌やアトピー素因のある多くの人が、小麦アレルギーを発症したという社会的な事件も、この経皮感作という概念を裏づけまし

た。また、生まれてすぐからアトピー性皮膚炎の家族歴のあるハイリスクの新生児に保湿剤を習慣的に徹底して塗ったほうが、そうしなかった児に比べて8か月後に3割もアトピー性皮膚炎の発症を減らすことができたという報告もありました。つまり乳児の皮膚は乾燥したまま放置しておくと、食物アレルギーにもアトピー性皮膚炎にもなりやすいことが示唆され、乳幼児期からの保湿の大切さが世の中に広く知られるようになってきています。

では、具体的にどのようにして乳幼児の保湿ケアをすればよいのかを考えてみたいと思います。

新生児・乳幼児のスキンケア

子宮の中にいたときの胎児の皮膚は、羊水と胎脂によって完璧に守られていますが、出産と同時に乾燥した空気にさらされ、さまざまな外からの刺激を受けることになります。新生児の皮膚は構造的には小児や成人とほぼ同じなのですが、体の部位による厚さの差がなく、全体的にまだ薄く、バリア機能も未熟です。環境の変化に急激に順応していく過程で、新生児特有の一過性の変化もあり、その後も月齢に応じたさまざまな皮膚トラブルを生じます。

生後まもなくの新生児期にみられる皮膚トラブルに、新生児痤瘡、乳児脂漏性皮膚炎があり、乳児期から幼児時期前半を通してみられるものには、アトピー性皮膚炎、汗疹、よだれかぶれやオムツかぶれなどの接触皮膚炎などがあります。

乳幼児のスキンケアを考えるにあたって、まず乳幼児の皮膚の特徴と、乳幼児を取り巻く特殊な環境を理解する必要があります。

新生児・乳幼児の皮膚の特徴と環境の特殊性

新生児期は、一過性の性ホルモン増加の影響で皮脂分泌がさかんで、新生児痤瘡や乳児脂漏性皮膚

炎などができるほどです。しかし生後2～3か月を過ぎるとこの影響もなくなり、急激に皮脂量が減ってきて、生涯で最も皮脂分泌の少ない、したがって乾燥しやすい乳幼児期に突入します(図1¹⁾)。また、この時期は皮脂だけでなく角質細胞の天然保湿因子であるアミノ酸(図2¹⁾)や角質層細胞間物質であるセラミドなども少ない状態であり、水分の保持量が少なく(図3¹⁾)、十分な保湿機能やバリア機能を発揮することができなくなります。

また、構造的にも子どもの皮膚は表皮の厚みが薄めで、部位によっては成人の1/2～1/3の薄さしかなく、その点からも機械的刺激に弱く、バリア機能が未熟といえます。

さらに、汗腺の数がほぼ成人と同じであるため、単位面積あたりの汗腺の数が多く、汗をかきやすいという点も乳幼児の皮膚の特徴の1つです。それにより汗疹や多発性汗腺膿瘍、汗によるアトピー性皮膚炎のかゆみの誘発、細菌やホコリ・汚れの付着によるさまざまなトラブルの原因になります。

そのうえ、乳幼児はよだれかぶれ、オムツかぶれ、指しゃぶりなど、この時期ならではの接触皮

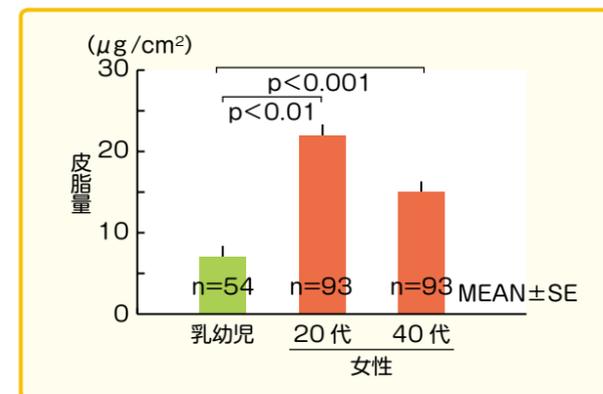


図1 皮脂量の加齢変化 (文献¹⁾より引用)

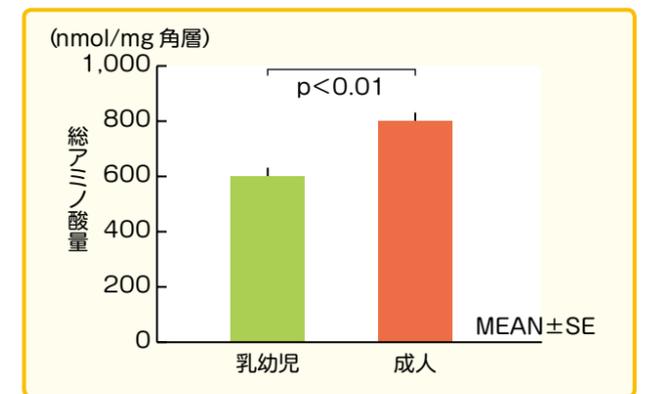


図2 角質層中の総アミノ酸量の比較 (背部) (文献¹⁾より引用)