



アンチエイジング

心とからだの年齢を若くする抗加齢医療

④目に見える老化、皮膚のしわ

原瀬整形外科クリニック 原瀬 瑞夫

加齢や老化を、人間にとって避けて通ることのできないものと考えてではなく、病気の一つとして考えて、予防しようとするのが「抗加齢医療」です。医学の進歩とナノテク技術の発展により、それが可能になってきました。それでは、不老・長寿探検の旅に出発しましょう。

「非常な老齢で顔が皺だらけなので、ちよつと微笑してもたくさん皺(しわ)がより、表情の変化が全然ないのだ」

「ヘミングウェイは、「武器よさらば」の登場人物の一人、イタリヤの老伯爵の顔をこのように描いています。体のなかで老化のサインが最も早くみられるのが皮膚です。とりわけ目立つのが顔やうなじ、それに手の甲のしわです。皮膚の老化には次の2種類があります。」

(1)自然老化
加齢とともに皮膚のコラーゲン、ヒアルロン酸、それに皮下脂肪が減つて皮膚は薄くなり、乾燥して小じわが出てきます。成人だと普通、4週間で表皮が新しくなる(ターンオーバー)のに、高齢者だと6週間から8週間かかります。自然老化は、活性酸素によるDNAのダメージと考えられています。

(2)光老化
常日ごろ紫外線にさらされている部位にみられます。皮膚はごわご

わして厚くなり、弾力性を失つてたるみが増え、しわが深くなります。それではここで、皮膚の造りをおみしてみましよう。

皮膚は主に「表皮」と「真皮」からできています。真皮の下にはおなじみの皮下脂肪があります。

表皮は水分の蒸発を防ぐとともに、病原菌などの外敵の侵入から身を守る、バリア(防壁)の役目をもっています。厚さは約0.2mmです。老化により顔ではまず、下まぶたの外側を中心に、細かい表在性のしわ「ちりめん(縮緬)じわ」が出てきます。

真皮は表皮の下にあつて、文字通り皮膚の本体といえる組織で、表皮と合わせたその厚さは約2mmです。真皮は主にコラーゲンでできている、丈夫で弾力のある繊維部分と、ヒアルロン酸など、たっぷり水分を含んでいる層などに分かれています。実は加齢の影響を最も受ける部位がここで、年とともに皮膚は肌の張り、さらに真皮自体それに皮下脂肪の

ボリュームが減つてしわが深くなり「構造じわ」と呼ばれる大じわが目立つようになります。こうした自然老化に加え、紫外線の深刻な打撃を受けるのもここです。紫外線を長く浴び続けると、真皮のDNAのタンパク質が変化して、前がん状態といわれる日光角化症や、皮膚がんに結びついていきます。

そのほか目立つのが「表情じわ」です。表情筋はおよそ20種位あつて、喜怒哀楽のそのつど働いて、心の動きがしわやみぞとなつて顔に出ます。若い頃は泣いたり笑つたりしたあと、そのしわはすぐに消えますが、年をとると皮膚の老化に筋肉や骨の衰えが加わり、老伯爵のように、もとにもどらない深いしわに埋もれてしまいます。

むつかしい遺伝子や解剖はこれ位にして、そろそろ抗加齢医療に話を移しましょう。

次回は「肌の美容マニュアル、最新情報」。