

ヒアルロン酸とは。

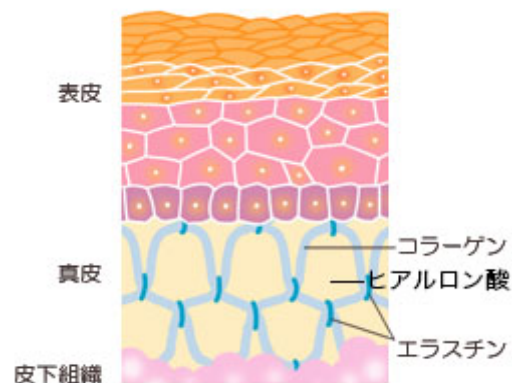
ヒアルロン酸は人間の体内に元々存在するゼリー状の物質で体内の循環、代謝を助ける1つです。

強い粘り気や弾性を持ち、皮膚では真皮内に多く含まれる。

他に、皮膚や筋肉、軟骨など体のさまざまな部位にあり、細胞同士をつなぐ役割を担っています。

真皮には主成分のコラーゲンが網目状に存在し、ゴムのように弾力性を持って肌の土台として支えています。その網目状の隙間を埋め尽くすように満たしコラーゲンの弾力性を高めているのがヒアルロン酸です。

(断面図参照)



皮膚の断面図のイメージ画

ヒアルロン酸は非常に高い保水力があり、ヒアルロン酸自体の質量の600倍もの水を蓄える力があります。

肌の潤いを保つために大切なものです。

シワ・たるみの原因とは？

加齢によるヒアルロン酸の減少が原因です。

若いうちは細胞の働きが活発で、ヒアルロン酸が順調に生成されるのですが、加齢により、ヒアルロン酸の生成量も減少していきます。

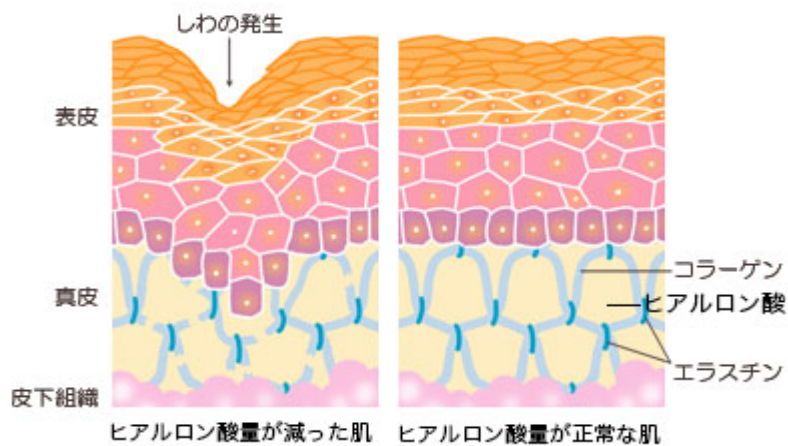
30歳で70%

50歳で40%

60歳で25%に減ってしまう驚きの事実。

そのため、十分な水分を保持できず真皮の構造がスカスカになり表皮を支えられずにシワ・たるみが発生します。

(図参照)



シワ・たるみの対策として、ヒアルロン酸を補う必要が出てきます。

どのようにヒアルロン酸を摂取すると効果的か？

まず、

食べ物やサプリメント。

体内でアミノ酸に分解され、速攻でダイレクトに肌に効くことはありません。

効果がゼロではありませんが効果を感じるまでに時間がかかります。

ヒアルロン酸を配合した化粧水。

肌の中までヒアルロン酸を吸収できるかどうかは、その分子の大きさにかかっています。

通常、ヒアルロン酸を含む化粧水は肌の表面しか保湿できません。

ナノレベルまで小さくしたヒアルロン酸なら、肌の中まで吸収することも可能と
言われています。

ヒアルロン酸注射。

肌が下から持ち上げられ深くなったシワを目立たなくして

直後からその効果を実感できます。

成分の自体の副作用の可能性が

かなり低いとはいえ、腕の未熟な医師によって皮膚がダメージを負うこともあります。

Dr KAKUKO Sports Clinic から抜粋