「女性外来（スキンケア専門）」での毛穴治療*

小 西 奈 津 子

近畿大学医学部 皮膚科**

最近、美容雑誌・女性誌の影響もあってか、世の女性の毛穴に対する美意識が高まってきているように感じる。実際に、外来でも毛穴をなんとか改善したいという患者が少しずつだが増えてきている。このような毛穴の開きを主訴に来院される患者に対し、女性外来ではまずは正しいスキンケアの指導を行っている。間違ったスキンケアを行っている患者は多く、特に10代の患者はその傾向が強い。正しいスキンケアを指導するのみでかなり改善するケースも珍しくない。そして必要に応じてレーザーや光治療などといった治療を行っている。レーザーと言っても様々なものが存在するが、当院で扱っているのは波長1450 nmのダイオードレーザー（Smoothbeam）である。SmoothbeamのFDAでの適応疾患には、尋常性痤瘡、痤瘡瘢痕、シワがあるが、毛穴治療にも有効である。また光治療としてはLumenis oneを導入している。Lumenis oneは波長域が500～1200 nmと広く、色素性病変（肝斑を除く）、シワ、たるみ、赤ら顔、開大毛孔などといった光老化の皮膚諸症状に有効である。今回はこれら治療機器を用いた女性外来での毛穴治療法について紹介する。

1. 緒 言

最近、毛穴を小さくする、目立たなくする、隠すなど、毛穴に対する美意識が高まってきていると感じる。また、この美意識に拍車をかけるように美容雑誌・女性誌で、毛穴の記事が多く取り上げられてきたこともあってか、毛穴に対する意識がさらに高まっているように感じる。実際に、外来でも「毛穴をなんとか改善したい」という患者が少しずつだが増えてきている。しかし、医療機関の毛穴治療に対する取り組みは化粧品業界と比べてかなり遅れているのが現状である。開いた毛穴に対する定義さえ皮膚科領域ではいまだないことからこういった現状が伺える。では、こういった毛穴を主訴に来院される患者に対して女性外来ではどのような治療をしているのか。はじめにはっきり申しあげておくと、患者本人が満足する結果をだすには、他の光老化皮膚諸症状にくらべ「毛穴」に関してはかなり難しいと感じている。不可能という意味ではなく、治療には時間がかかり、何よ

りも女性患者本人の求める理想が高く、それに近づけることは可能でも患者の理想の状態にすることが毛穴治療では難しく治療にはかなり難儀するというのが現状である。このようななか、女性外来では正しいスキンケア方法の指導に最も力を入れている。メディアの膨大な情報により現代の女性のかえって混乱していることに外来で気づく。正しいスキンケアを行うのみでかなり毛穴が改善することもけっして珍しくない。また必要に応じてはレーザーや光治療も行っている。

2. 「女性外来（スキンケア専門）」とは

「女性外来（スキンケア専門）」は、大学病院における今までにない新しい専門外来である。大学病院の皮膚科といえば、難病を診るところであり、「シミ」「ニキビ」ぐらいで大学病院に行ってはかえって先生に怒られる、他の患者から白い眼で見られる。そんなイメージが一般的だと思われる。しかし、この「シミ」「ニキビ」といった皮膚のトラブルがデリケートな女性に与える精神的影響は、とても大きなものである。そして、この心のダメージは同じ女性でなければ理解が難しいと思われる。皮膚と心は密接に結びついている。「女性外来（スキンケア専門）」では「皮膚」だけを診るのではなく、患者と医

* 2008. 1. 17 受理

** 〒589-8511 大阪狭山市大野東 377-2 : 377-2, Ohno-Higashi, Osaka-Sayama 589-8511, Japan

師が信頼関係を築きつつ、皮膚（外面）の治療プラス心（内面）の治療もトータルに行うことを目標に 2005 年 6 月に開設した。女性外来では十分な診察時間（患者と医師の間に信頼感を築くにはまずは十分なコミュニケーションが何より重要である）をとるため完全予約制としている。ストレス社会の現代にこそ大学病院の EBM に基づいた適確なアドバイス・治療を受けていただき、安心感を得ていただくことが重要だと考えている。

3. 開大毛孔の定義

そもそも、開大毛孔（開いた毛穴）とは何なのか。「直径が何 mm 以上だと開いた毛穴」というように、開大毛孔に定義があるかというといまだ皮膚科領域において開大毛孔の定義はない。化粧品業界にくらべ、皮膚科領域は毛穴に対する取り組みがかなり遅れているように感じる。正常な毛穴については、肉眼的にも 50 倍に拡大されたビデオマイクロスコープ上でも毛穴として認識できない、つまり軟毛の存在でのみ毛穴と認識できるものが正常な毛穴と定義されている。

4. 開大毛孔の原因

毛穴が開く原因は、大きく 10～20 代と 40 代以降で分けることができるのではないかと診察していて感じられる。10 代 20 代の毛穴が過剰に分泌される皮脂が毛穴に貯留することが原因であることにに対し、40 代 50 代の毛穴は加齢により、毛孔周囲の真皮コラーゲンの減少が皮膚表面にたるみを生じさせ、毛穴が大きくなったり、変形したりすることが原因であると考えられる。そのことを反映して、具体的にどのような状態が気になるかという質問に対し、10～20 代の女性では「毛穴の黒ずみ」、「角栓のつまり」が気になるという答えが返ってくるのに対し、40～50 代の女性では「毛穴のひらき」「毛穴の大きさ」が気になるという答えが返ってくる傾向がある。

5. スキンケアの指導

女性外来では、美容皮膚治療機器を使用した治療も行うが、まずは正しいスキンケアの指導を行うことを最重要項目としている。

現在はメディアによる膨大な情報のためにかえって何が本当に正しいスキンケアなのかがわからなくなっている患者が多いことに気づく。特にこういった傾向は 10～20 代の女性に多いように思われる。実際にスキンケアを正しく行っていたかのみで、かなり皮膚の状態が改善することは決して珍しくない。メディアによる情報ではレーザー・光治療の効果を過大に表現したもの

があり、それを鵜呑みにした患者がレーザー・光治療を希望することが多い。しかし、レーザーや光治療は確かに有効ではあるが、副作用（熱感、灼熱感、水疱、糜爛、炎症後色素沈着など）の危険性も十分に考慮しなくてはならない。短絡的にレーザーや光治療を勧めるのではなく、女性外来では、まずは患者本人による正しいスキンケアを行っていただいてからレーザー・光治療を選択するかどうかを見極めている。

6. レーザー治療

当院で毛穴治療に扱っているレーザーは Smoothbeam（キャンデラ社製）である¹⁾。FDA での適応疾患には、尋常性痤瘡、痤瘡瘢痕、シワがあるが、開大毛孔にも有効である。

Smoothbeam は、波長 1450 nm のダイオードレーザーで、波長スペクトラムのピークである 1450 nm は水の吸収波長に一致しており水によく吸収される。皮膚ではコラーゲンや皮脂腺などに吸収されるといわれている。開大毛孔に対する作用機序としては Smoothbeam の熱エネルギーにより毛孔周囲の真皮コラーゲンの収縮や創傷治癒の機転による新生・増生が生じ、開大毛孔が改善するものと考えている。しかし、開大毛孔に対する作用機序の詳細についてはいまだ不明であり、今後臨床研究が必要とされている。

7. 光治療 (IPL)

当院では様々な存在する光治療のうち、Lumenis one（ルミナス社製）を光源とする IPL（intense pulsed light）を導入している。IPL は光を顔全体に照射することにより光老化皮膚の諸症状を改善する新しい治療である。従来のレーザーが単一波長であるのに対して、IPL は 500～1200 nm に及ぶ波長域の広い可視光線で、メラニン、ヘモグロビン、コラーゲンの吸収波長を含むということが特徴である。また、従来のレーザー治療のような疾患ごとによるレーザーの使い分けは不要で、同時に光老化皮膚の諸症状（色素性病変、シワ、たるみ、赤ら顔、開大毛孔など）を改善させることが可能である^{2)～4)}。また、IPL は出力が弱いので、効果が mild であり、従来のレーザーのような治療後のガーゼ保護は不要である。治療後すぐに洗顔・メイクもできる。したがって、現代の忙しい女性にも気軽に治療を受けていただけることも IPL の特徴である。最近の傾向としては、治療に時間がかかっても、シミの改善だけでなくトータルなアンチエイジング効果の得られる IPL による治療を選択される方が増えてきている。

Fig.-1 女性 27 歳，7 回照射後

Fig.-2 女性 17 歳，5 回照射後

Fig.-3 女性 23 歳，3 回照射後

開大毛孔に対する作用機序としては、毛孔周囲のコラーゲンの収縮や新生 (remodeling) が起こり、その結果毛孔の縮小が起こると考えられている。すでに IPL がコラーゲンの新生を促すことも報告されている。しかし実際には、IPL の開大毛孔に対する作用機序に関する基礎研究が少なく、そのメカニズムの詳細はいまだはっきりとは解明されていないのが現状である。

8. 結 論

私がこの女性外来を開設した当初は、「レーザー治療などといった機器を使用した治療は、少し抵抗を感じます」といった意見の患者が多くいた。しかし最近、メディアでもレーザー治療や光治療が取り上げられる機会が多くなり、その影響もあって「あれもこれもやりたい」と気軽に治療を受けに来る患者が増えてきている。メディアの過剰なまでの治療効果の表現をそのまま鵜呑みにし、女性外来を受診される方が多くなった。確かに美容皮膚治療機器を使った治療は有効であるが、副作用の問題も十分考慮に入れ治療を行わなくてはならない。さらには、治療効果には個人差があり、患者が求める結果にも大きな差がある。同じような効果が得られても、満足する患者もいれば不満を訴える患者もいる。特に結果を出すのが難しい毛穴治療についてはその傾向が強く、治療開始前のインフォームドコンセントがとても重要になってくる (Fig.-1 の症例については、開大毛孔の改善効果に気づかれず、Fig.-2 の症例は治療効果に「満足」、Fig.-3 の症例については治療効果に「不満」という結果であった)。

現在はまだ美容皮膚治療は高額で、気軽には受けられない治療といったイメージがある。しかし、将来的には美容皮膚治療費用も低価格化し、より身近なものにな

り、スキンケアの一環として美容皮膚治療が広がっていくのではないかと感じている。そのような時代に入ってきたからこそ、安易に治療を勧めるのではなく、まずは本人による毎日の正しいスキンケアの重要性を皮膚科医として指導していきたいと考えている。本人による正しいスキンケアの継続を基本とし、そして最終手段として美容皮膚治療の長所・短所を十分理解したうえで治療を選択していただきたいと考えている。美容皮膚治療は正しいスキンケアがあってこそ効果が得られ、その効果を維持できるものであるということを知っていただきたい、化粧品と美容皮膚治療の両方をうまく活用していただき、着実に健康な皮膚に近づき、心も健やかになっていただきたいと、ひとりの皮膚科医として、女性として、強く望んでいる。そのためにもメディアの膨大な情報に悩まされることがなくなるよう、患者がスキンケアの相談や美容皮膚治療目的で皮膚科をさらに気軽に訪れることができるよう、ひき続き様々なメディア (テレビ、雑誌など) を通して皮膚科で行っているスキンケア指導・美容皮膚治療についての正しい情報を積極的に発信していきたいと考えている。

引用文献

- 1) N. Konishi, H. Endo, N. Oiso, S. Kawara, A. Kawada, Ther. Clin. Risk Manage., 3, 205-209 (2007)
- 2) A. Kawada, M. Asai, H. Kameyama, Y. Sangen, Y. Aragane, T. Tezuka, K. Iwakira, J. Dermatol. Sci., 29, 91-96 (2002)
- 3) A. Kawada, H. Shiraishi, M. Asai, H. Kameyama, Y. Sangen, Y. Aragane, T. Tezuka, Dermatol. Surg., 28, 504-508 (2002)
- 4) 川田 暁, 小西奈津子, 栗本貴弘, 門間智之, フレグランスジャーナル, 9, 48-51 (2005)

Treatment of Dilated Pores in the Ladies Clinic of the Department of Dermatology in Kinki University Hospital*

Natsuko Konishi

Department of Dermatology, Kinki University School of Medicine**

Recently, many Japanese females have turned their attention to dilated pores. In our clinic, the number of female patients with complaints of dilated pores have increased. For these patients, we have shown the way of skin care firstly. Then, we have selected laser and IPL (intense pulsed light) therapies. In this paper, I introduce treatments of dilated pores in the ladies clinic of the Dermatology Department in Kinki University Hospital.

Key words : dilated pore, skincare, laser, IPL (intense pulsed light)