

# 赤ちゃんといこどもの スキンケア



監修

千葉大学医学部附属病院 小児科 助教 **中野 泰至** 先生



千葉県マスコットキャラクター  
チーパくん  
千葉県許諾第AO-1号



大塚製薬は千葉県と健康に関する包括的な連携協定を締結し、  
県民の健康増進に関する取り組みに協力しています。

# 赤ちゃんや子どもの肌の特徴

## ①皮膚が薄い

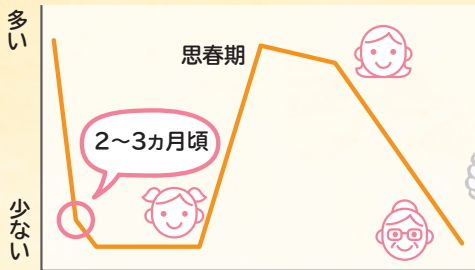
成人の1/2~1/3の厚さしかない部分も！

## ②皮膚表面の皮脂が少ない

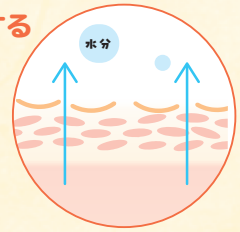
生後1~2カ月までは母体からのホルモンの影響で皮脂分泌が多い（特に顔と頭）。しかし、生後3カ月を過ぎると急激に皮脂分泌量が減り、乾燥しやすくなる（思春期になると皮脂の分泌量が増えるが、10歳くらいまではカサカサ！）。

Sakuma, TH. et al.: Skin Pharmacol Physiol. 2012;25(5):227-35.

### 皮脂分泌量の変化



## ③皮膚の中に水分保持する力が少ない



## ④汗腺の数は大人と同じだが、体が小さいため汗をかきやすい

## ⑤オムツの使用やよだれなどで、皮脂が汚れやすい

→皮膚が薄く乾燥しやすいのに刺激は多いので、皮膚トラブルが起こりやすい！

頭や生え際に  
ベタベタやブツブツ  
黄色いかさぶたの  
ようなもの



顔や頭、耳の裏側や  
耳たぶなどの皮ふに  
赤い湿疹



頬や鼻、口の周りに  
にきびのようなぶつぶつ

提供:みやけ内科・循環器科 三宅良平先生

このような皮膚症状があればお医者さんに診てもらいましょう

アトピー性皮膚炎情報サイト  
大塚製薬株式会社

アトピーース

<https://atopic-dermatitis.jp/>  
こちらからアクセス➡





# 赤ちゃんの肌に大切なコト

## Point 1

### きれいにする

皮膚の汚れ（アレルギー、汗、細菌等）を  
落とし清潔にする



もこもこ泡で  
手でやさしく洗おう!

## Point 2

### しっかり保湿する

乾燥から守る  
かゆみの予防

クリームや  
ローションを  
使おう!



スキンケアの方法について詳しくはこちら!

## 千葉大病院公式 ユーチューブチャンネル

お子さんとのふれあいを  
楽しみながら  
スキンケアを行いましょう

### 洗い方



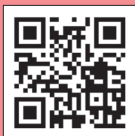
<https://youtu.be/ia27zH5ojVg>



### 保湿



<https://youtu.be/mOH3TkqTVUM>



# 皮膚をキレイにして 「アレルギーマーチ」を予防しよう！！

## アレルギーマーチ



アレルギー体質のお子さんは、成長と共に様々なアレルゲン（アレルギーを引き起こしやすい物質）に接触することで、複数のアレルギーの病気を発症しやすい傾向があるとされています。必ずしも全ての人がこのような病気の流れになるわけではありませんが、乳児期にアトピー性皮膚炎、食物アレルギーを発症したあとに、年齢とともに気管支ぜん息、アレルギー性鼻炎など次々と発症する様子を音楽隊の行進（マーチ）になぞらえて「アレルギーマーチ」と呼んでいます。これらの病気を発症・進行させないように、様々な対策や研究が進められています。例えば食物アレルギーの分野では、乳児期早期のスキンケアやビタミンD摂取、適切な時期での離乳食の開始などが発症予防に重要と考えられています。

アレルギーに関する  
情報はこちらから

アレルギーポータル

アレルギーに関する「正しい情報」をお届けするWebサイト  
<https://allergyportal.jp/knowledge/>



制作：大塚製薬株式会社

本冊子のご感想などをお聞かせください

スマートフォンで右の二次元コードを読み込んでいただき、本冊子のアンケートにお答えいただきますよう、ご協力をお願いいたします。

