

【皮膚-目次】

■ 皮膚について

p1 「皮膚について」

p2 「Q: 皮膚はどうなっているの?」

p3 「Q: 暑いとなんで皮膚から汗が出るの?」

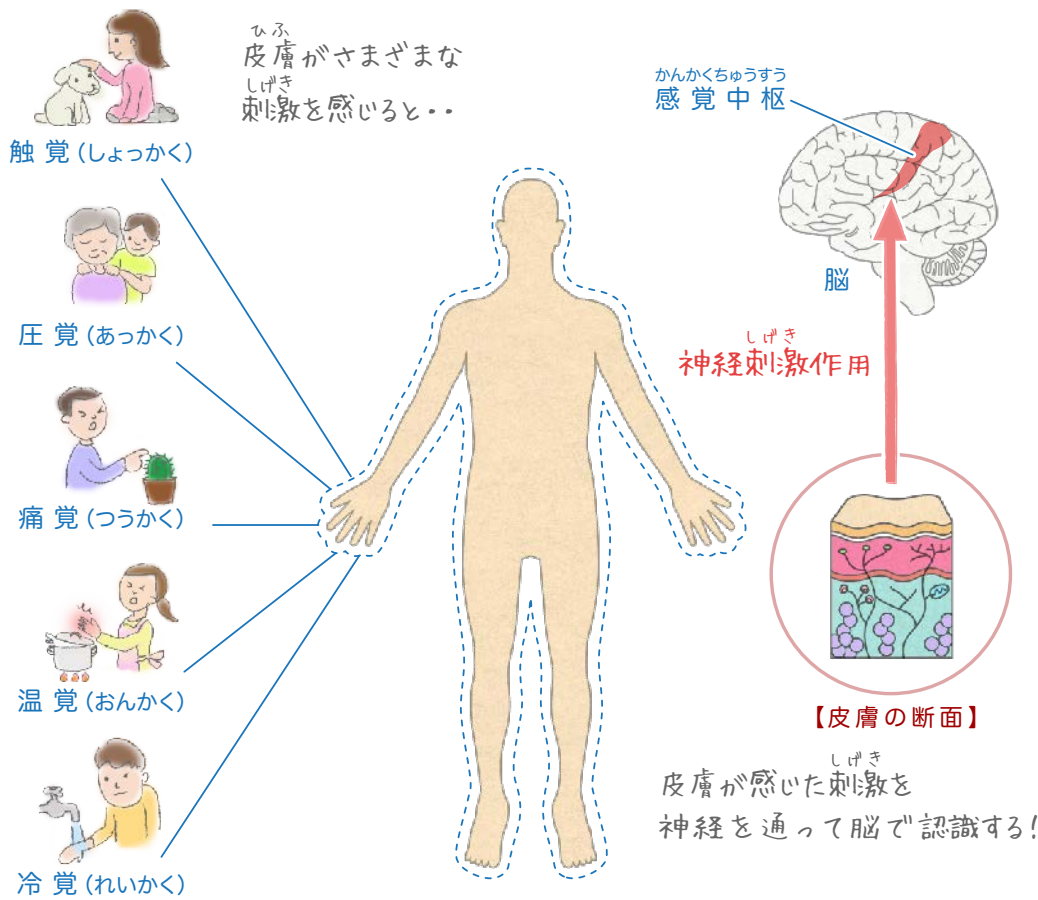
p4 「Q: 皮膚は、なんで日焼けするの?」

■ 皮膚が病気になると...

p5 「Q: じんま疹しんって何?-1」

p6 「Q: じんま疹しんって何?-2」

五感のうちの一つ「<sup>ふ</sup>触れて感じる」しごとをする、<sup>しよっかく</sup>触覚の器官じゃなの



皮膚はからだをスッポリと覆おおっているのね〜o

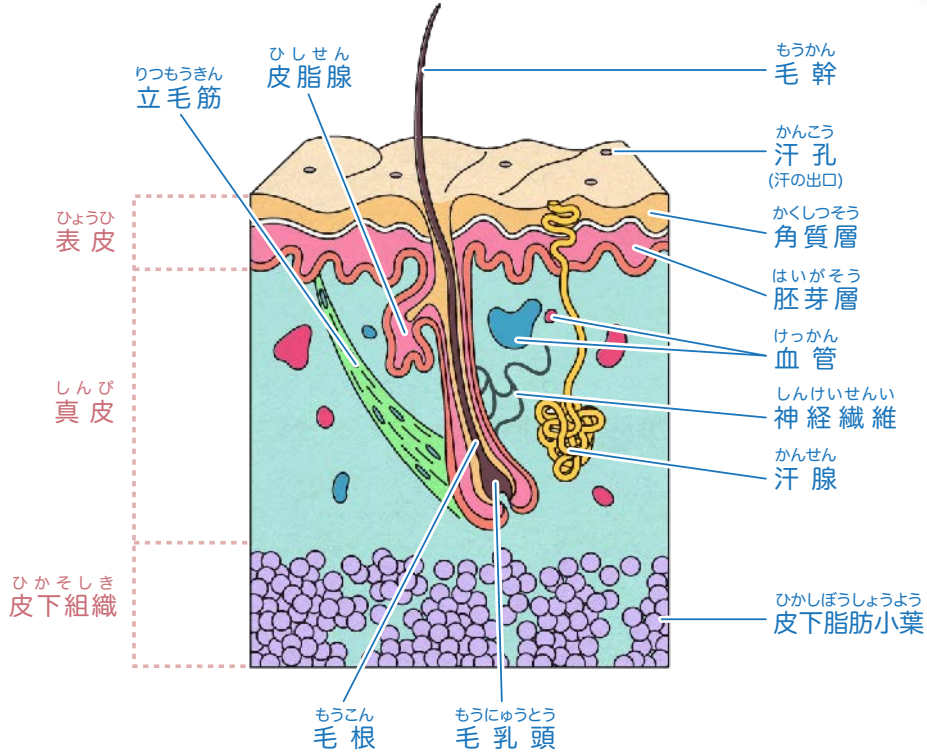
皮膚とは

皮膚は暑さ、寒さ、太陽光線、摩擦や毒物などからからだを守るはたらきをしています。また、表皮の内側にある真皮には触覚、圧覚、痛覚、温覚、冷覚の5つを感じる受容器じゆようき〈センサー〉が備わっているとされています。



## Q: 皮膚はどうなっているの？

皮膚は大きくわけて3つの層からできているんだよ



へ～、まるで地層みたいだね～

## 皮膚のしくみ

皮膚は大きく分けて表皮・真皮・皮下組織の3層からできています。

### 【表皮】

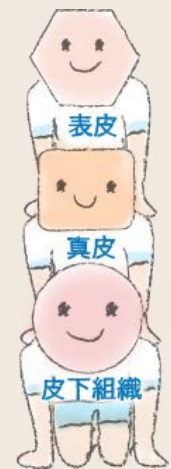
皮膚の一番外側にあり、手のひら・足の裏以外は0.2mm以下の厚さです。表皮の一番外側にある角質層では古くなった細胞が垢となつてはがれ落ち、新しい細胞と入れ替わっています。

### 【真皮】

毛細血管、リンパ管、神経などが通っています。皮脂を分泌する皮脂腺や汗を出す汗腺なども真皮の中にあります。外部からのさまざまな刺激を敏感に感じとる5種類のセンサーのはたらきがあるのもこの部分です。

### 【皮下組織】

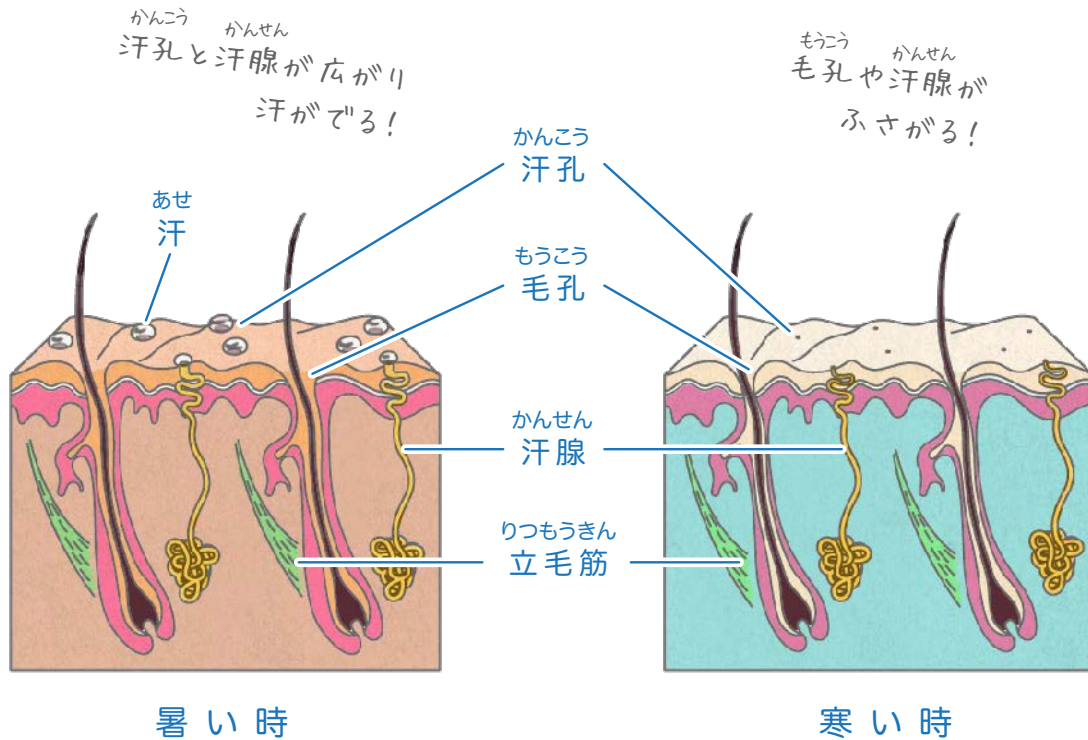
太い血管も通っていますが、主に脂肪細胞でできていて、外からの刺激に対するクッションのような役割をしています。栄養を貯えておくはたらきもあります。





## Q: 暑いとなんで皮膚から汗が出るの？

体温を下げるためじゃよ  
汗は体温の調整をするうえでとっても重要なんじゃよ



運動すると汗をいっぱいかくのも、  
体温を調節するためだったのね〜。

## 皮膚が体温を調節するしくみ

### ・暑い時

汗腺で作られた汗が皮膚の表面に出ます。汗が蒸発するとき熱が奪われるため、体温がさがります。  
また、皮膚の血管を広げ、温度があがった血液をたくさん流すことによって熱を逃がします。  
暑いと皮膚が赤くなるのは、たくさん血液が流れている血管がすけて見えているためです。

### ・寒い時

立毛筋のはたらきにより、毛穴や汗腺がふさがって熱が逃げることを防ぎます。寒いととりはだか立つのはこのためです。皮膚の血管が縮んで血液の流れる量を減らすため、血管がすけて見えることがなくなり、皮膚は青白く見えます。

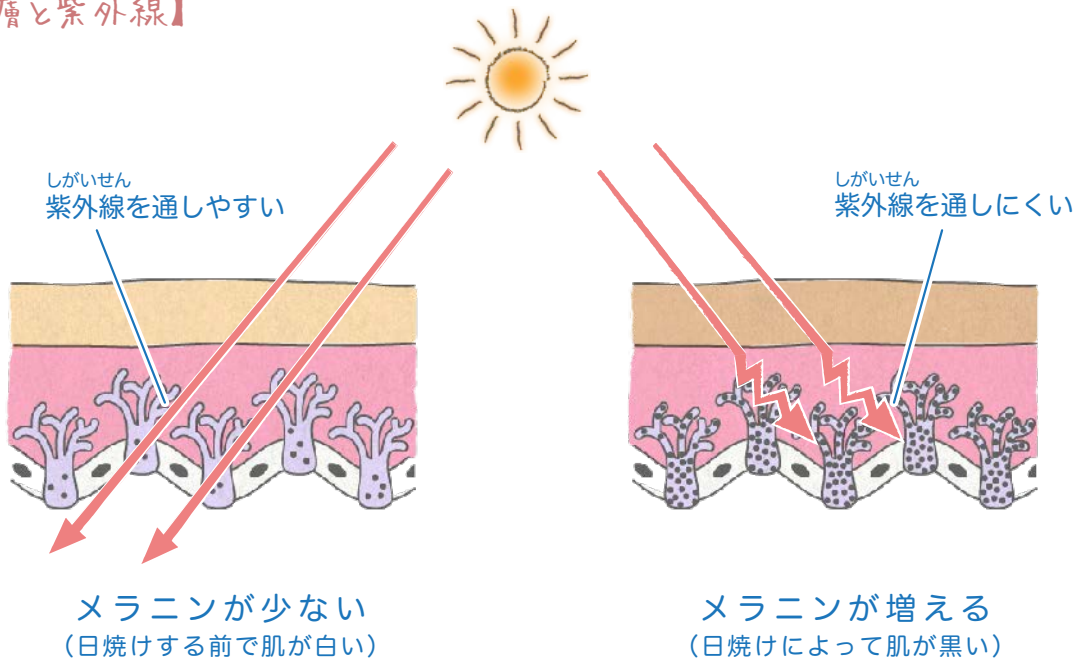


## Q: 皮膚は、なんで日焼けするの？

太陽の紫外線から、からだを守るために、  
皮膚の表面にメラニンという黒い粒が増えるからなんじゃ。



### ひふ しがいせん 【皮膚と紫外線】



日焼けに、からだを守るはたらきがあったなんて知らなかったわ〜。

## 日焼けするしくみ

日光にあると、皮膚の表面にあるメラニンという黒い色素が増え、皮膚は黒くなります。

日光にふくまれる紫外線<sup>しがいせん</sup>をたくさん浴びると、皮膚がんの原因になります。

メラニンは紫外線がからだの中に入りすぎるのを防いでいます。



# Q: じんま<sup>しん</sup>疹って何?

一種のアレルギーじゃなの  
皮膚が痒くなったり赤くなったりするんじゃの



## 【主な原因】



ひゃ〜。いろいろな原因があるんだね。  
どれが原因なのか、見極めるのも大変だね〜。

## 「じんま疹」とは

### 【主な症状は？】

皮膚が急に痒くなり、赤く盛り上がる状態です。時間がたつと位置が変わることもあり、普通は数時間から1日、長くても数日で消えますが、症状が繰り返しやすい病気です。発疹のあとが残らないことも特徴です。

か  
搔いては  
いけません。



### 【原因は？】

- ・ 特定の食品や添加物
- ・ くすり（ペニシリンなどの抗菌薬、アスピリンなどの解熱鎮痛剤など）
- ・ ダニやカビなど
- ・ 細菌やウイルスへの感染
- ・ 暑さ、寒さなど気温の変化
- ・ 日光
- ・ 虫さされ
- ・ ベルトや下着などによる刺激
- ・ ストレスなど

### 【治療するには？】

抗ヒスタミン薬（アレルギー症状を引き起こすヒスタミン※を抑える薬）、抗アレルギー薬を使います。症状の重い場合は、副腎皮質ホルモン薬（炎症を抑えたりアレルギー反応を抑えたりする薬）、免疫抑制薬（過剰に起こっている免疫応答を抑える薬）を使うこともあります。

また、再発しないように原因をつきとめ、それを避ける生活を送ることも大切です。



### ※ヒスタミン：

外傷や毒素などで活性化され、発赤・かゆみ・浮腫・痛みや気管支収縮などのアレルギー症状を起こす原因となり、体内にホルモンや神経伝達物質として存在する化合物。

### 【注意】

重症になると、目のまわりや口の粘膜が腫れたり、のどが腫れて声がかすれたり、呼吸困難になったり、消化器官にも反応が起きて下痢や腹痛になったりすることがあります。さらに重症になると、血圧が低下するなどのショック症状があらわれることもあるので注意が必要です。

