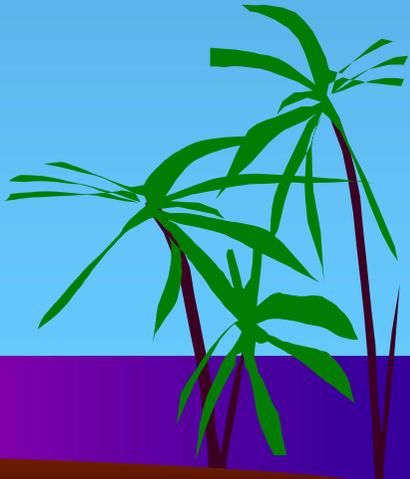
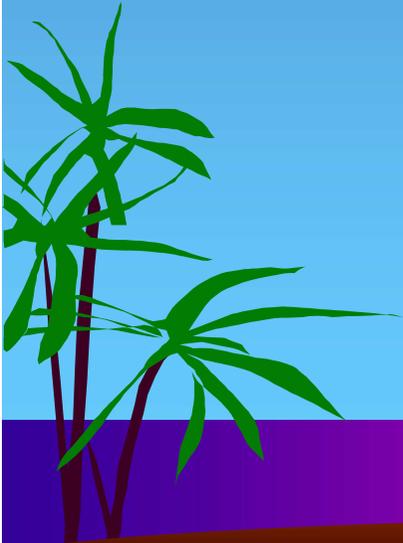
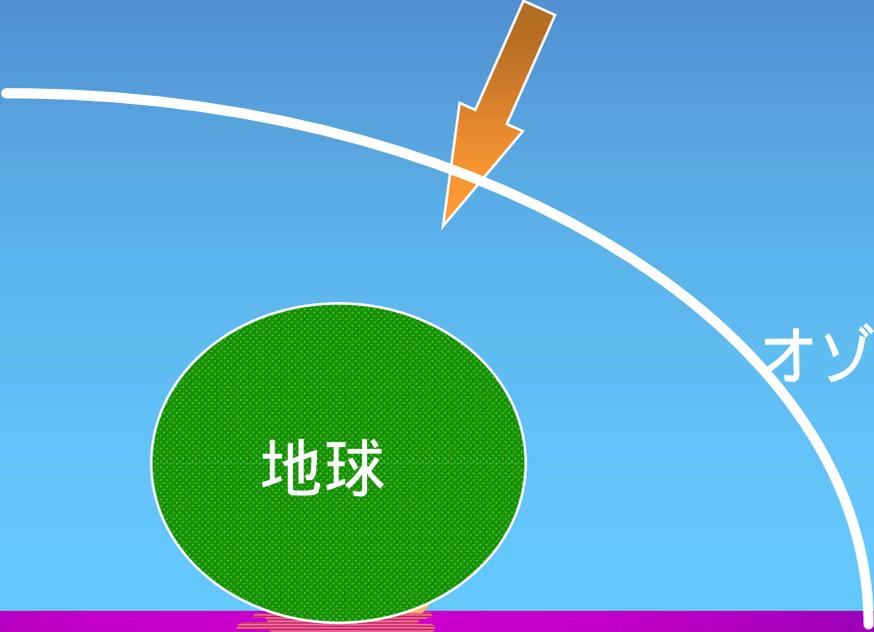


光と皮膚





太陽光線

X-線

紫外線

可視線

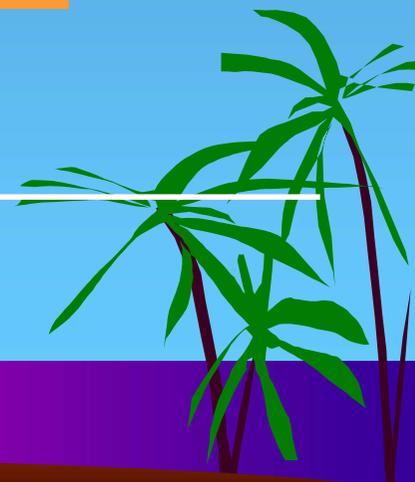
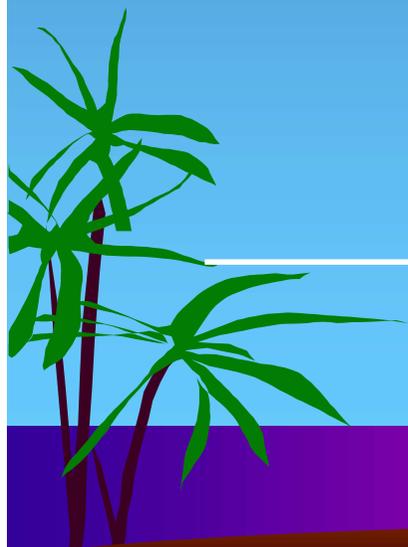
赤外線

290

400

700

波長(nm)



紫外線 (UV)

波長 (nm)

100

290

320

400



UVC

UVB

UVA



紫外線(UV)

100

290

320

400

- ◆ UVA(320-400nm)
 - 作用は弱い
 - 皮膚の深部まで到達する
- ◆ UVB(290-320nm)
 - 作用が強い
 - 日焼けのおもな原因となる
- ◆ UVC(100-290nm)
 - 極めて作用が強いが、ほとんど地球には到達しない



紫外線 (UV)

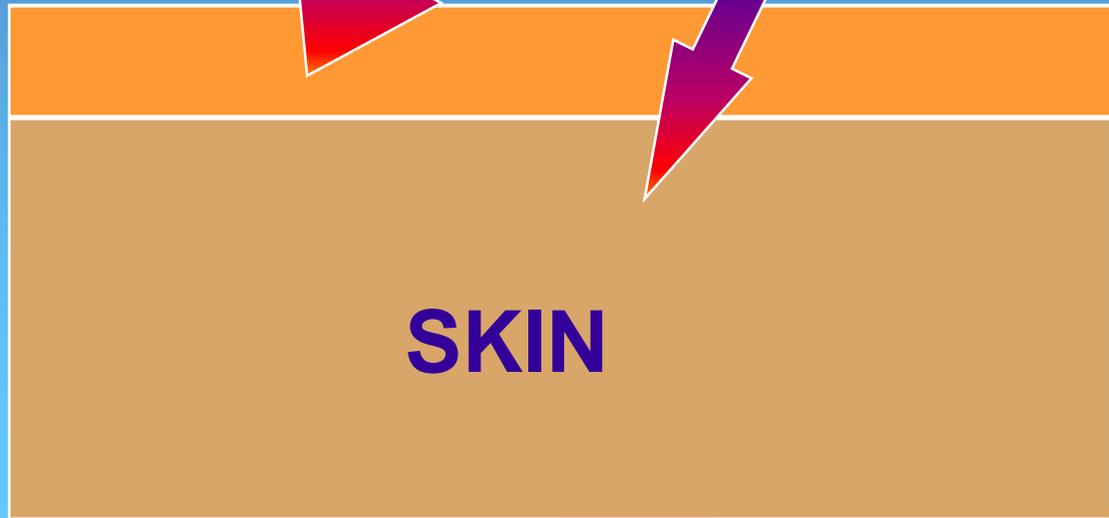
UVC



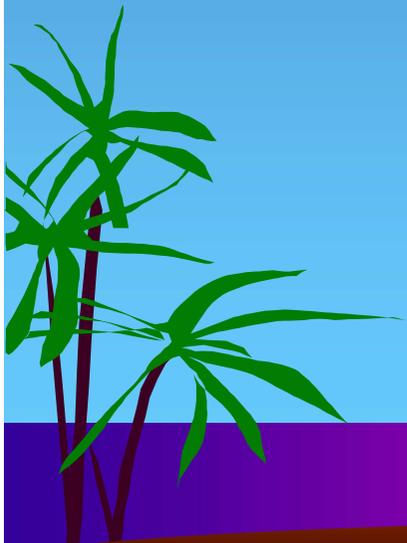
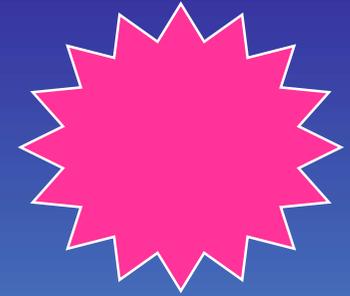
UVB



UVA

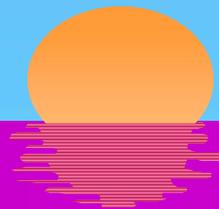
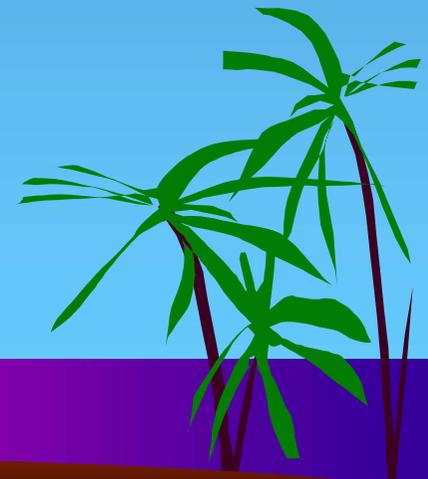
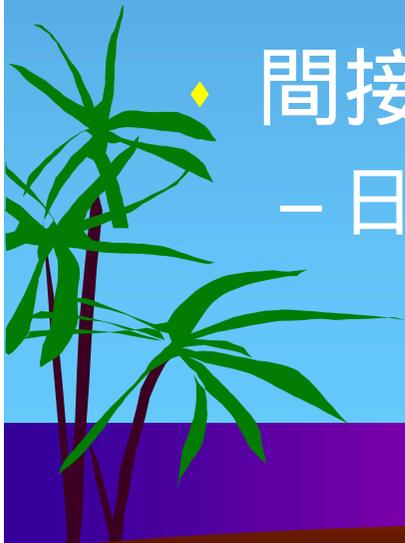


SKIN



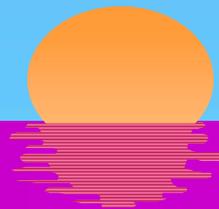
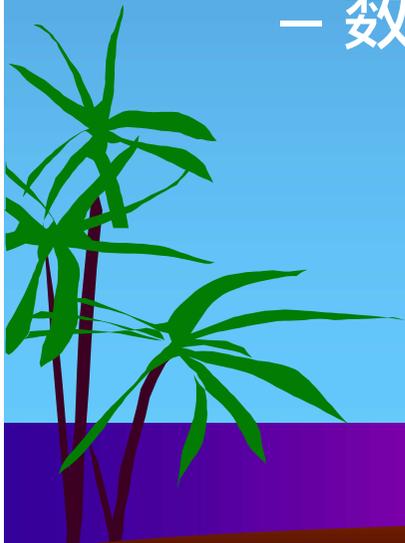
紫外線による皮膚病変

- ◆ 直接作用(誰にでも生じる)
 - 急性
 - ◆ サンバーン、サンタン
 - 慢性
 - ◆ 皮膚の老化(しわ、しみ、いぼ),皮膚癌
- ◆ 間接作用(内因が関与する)
 - 日光過敏症など種々の皮膚疾患



紫外線の防御

- ◆ 長袖の衣類、帽子などによる被覆
- ◆ サンスクリーン(遮光剤)の外用
 - SPF(Sun Protection Factor)
 - 防御波長:UVAも含むか
 - 数時間しか効果は持続しない



まとめ

- ◆ 日光には功罪二面をもっているが、皮膚にとってはビタミンDの生合成以外「罪」の方が大きい
- ◆ 小麦色の肌はそれなりの代償を支払っているという認識が必要
- ◆ 長期過剰の日光暴露を避け、太陽と上手につきあっていくことが望まれる。

