



「大人の紫外線問題」は、奥深い。

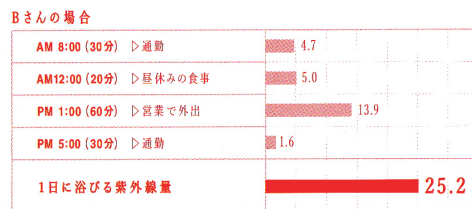
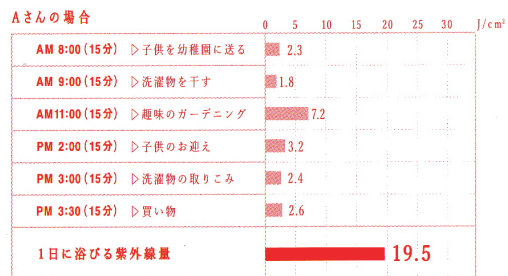
年齢を重ねるほど、日差しが怖い。そう感じるのは、肌に残る日やけのせいばかりではないようです。紫外線は、あなたの肌の奥に入りこみ、日やけや、シミ、ソバカスだけではなく、見えないところで、角層の乾燥やハリ低下の原因をつくっていきます。毎日、確かに、容赦なく。そして、やがてはあなたの肌年齢の印象に大きな影響を与えてしまうのです。それが、30代、40代の肌を抱える「紫外線問題」。

気づかないうちに浴びてしまう

「生活紫外線」。

通勤時間や家事の合間など、日常生活の中で浴びている「生活紫外線」。特に、肌の奥に入りこむ紫外線A波の量は、1日で、〈海岸で過ごす約1時間分〉に相当し、肌に大きな影響を与えます。毎日何気なく浴びている紫外線の積み重ねが、肌の美しさをそこなう原因となってしまうのです。

1日の生活で浴びる紫外線A波の量

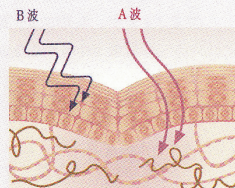


(花王調べ・'98年8月)

肌にダメージを与える紫外線には、A波とB波の2種類があります。

紫外線B波 波長が短く、即時ダメージ
短時間に炎症を起こし、シミなどの原因になる紫外線。

紫外線A波 波長が長く、蓄積ダメージ
長時間かけて蓄積し、肌のハリや弾力低下などの原因になる紫外線。



特に紫外線A波は、肌の奥深くにダメージを与え、長時間浴びると、肌内部にダメージが蓄積。エラスチンやコラーゲン繊維の弾力を失わせます。

A波・B波から肌を守る指数。

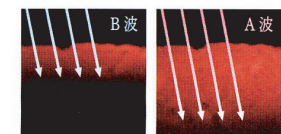
SPFとは 紫外線B波から肌を守る効果を示す指数です。たとえば屋外で軽いスポーツをするときはSPF10〜30程度のものを。強い日差しのもとでの長時間の外出時にはSPF50+の使用をおすすめします。

PAとは 紫外線A波から肌を守る効果を示す指数です。PA+++は上限値のA波防止効果を示しています。

PA分類	意味
PA+	紫外線防止効果がある
PA++	紫外線防止効果がかなりある
PA+++	紫外線防止効果が非常にある

毎日のお手入れに加え、帽子をかぶる、日傘をさすなど、できるだけ紫外線を浴びないように、心がけましょう。

〈紫外線の肌への透過性〉

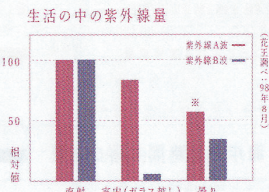
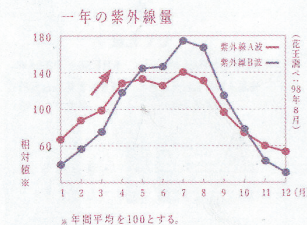


モデル皮膚の断面図
赤色部：紫外線の透過イメージ

肌にダメージを与える紫外線には、A波とB波の2種類があります。紫外線A波は波長が長いので表皮・真皮といった肌の奥までダメージを与えます。また、長時間かけて蓄積し、ハリや弾力低下の原因に。

紫外線は働き者？

4月になると紫外線B波はもちろん紫外線A波も量が急激に増えます。



紫外線A波は、B波に比べて、雲やガラスも透過しやすく毎日気づかないうちに浴びてしまいがちです。