



# 顔の「しみ」について

形成外科 医長

あおやま しょうへい  
青山 昌平

「しみ」の原因の多くは、加齢や紫外線暴露に伴うもので、その中でも高頻度で見られる代表的なものに「老人性色素斑」や「肝斑」があります。

「老人性色素斑」は、境界が比較的明瞭な褐色の色素斑で、中年以降によく見られ、紫外線（UV）の暴露により生じます。

「肝斑」は、両側の頬部を中心としてできる境界が明瞭な色素斑で、中年女性に多く見られ、女性ホルモンと紫外線暴露が主な原因と考えられています。

しみの治療方法は種類によって異なりますが、UVケア、ビタミン剤やトラネキサム酸の内服、ハイドロキノン配合の外用薬、レーザー治療などがあります。

老人性色素斑は、レーザー治療が適応となります。レーザー治療は肌の深いところまで届き、原因となる

メラニンを標的として照射します。照射直後から数日間はしみの部分が濃くなったように感じますが、これは痂皮（かさぶた）を形成している状態になります。患部を出来るだけこすらず、乾燥しないように保護・保湿・遮光を行います。約1〜2週間で自然に取れていきます。

肝斑は、レーザー・光治療の適応が難しいので、医師に相談しながら治療を進めることが良いでしょう。

当院形成外科では、毎週水曜日にQスイッチルビールレーザーによる治療を行っております（要事前診察＆予約）。保険診療と自由診療（全額自己負担）があります。また、ご自身で「しみ」だと思っていたものが皮膚腫瘍である場合や、しみの種類によってはレーザー治療で悪化する場合もありますので、迷われた時は形成外科や皮膚科などの受診をお勧めします。

# 磐田に物申したい!!

今の磐田の若者たちは磐田をどう思っているんだろう。若者の会話から磐田の良さや不思議を見つけたい。新しい磐田を考える新コーナー。今回は、磐田南高校の生徒たちの会話を覗いてみました。



## 磐田南高校

チーム名

シチム  
「SITIM」

- 市川 舜 さん
- 伊藤佑樹 さん
- 鈴木洸希 さん
- 田邊朋華 さん
- 三木 花 さん



## 『磐田に物申したい!!』

坂が多い!遊ぶ場所が限られる!でも、それが磐田の好きなおとこ!!

先日、仲間で磐田ってどんな所か話し合う機会があったんですけど、イメージは、全員一致で「坂が多い」。それと、遊びに行く所は「ららぽーと磐田」。これがすぐに思いついたことでした。

坂が多いのは、磐田原台地を削った谷が多いからだろうけど、豊かな大地、自然を感じられ、体力づくりにも最適。ららぽーと磐田も、やっぱりあってうれしい、何度も行ってしまいます。

いろいろ思ったけど、「やっぱり磐田って良いな」と思いました。



行け!  
未来クリエイター

若者目線の磐田から  
新たな磐田を見つけ、創造する