

## 疾患ナビ「ふけ・頭皮のかゆみ」



ふけは、頭皮のターンオーバー（新陳代謝）によって、古くなった角質細胞が剥がれ落ちた物です。ふけというと、何となく不潔なイメージがあるかもしれませんが、頭皮のターンオーバーは誰にでも起こるものであり、どんなに清潔にしている場合でもふけは発生します

大正製薬株式会社〔本社：東京都豊島区 社長：上原 茂〕（以下、当社）が運用する健康情報サイト「大正健康ナビ（<https://www.taisho-kenko.com>）」では、専門医によるヘルスケアアドバイスを公開しています。

2月14日に新着公開した「ふけ・頭皮のかゆみ」では、檜垣 祐子（ひがき・ゆうこ）先生に原因、症状、治療・対処法や予防法について詳しくお伺いしました。

◆新着情報 専門医によるヘルスケアアドバイス 疾患ナビ「ふけ・頭皮のかゆみ」

<https://www.taisho-kenko.com/disease/626/>

## <目次>

- ・ふけ・頭皮のかゆみの原因
- ・ふけ・頭皮のかゆみの治療・対処法
- ・ふけ・頭皮のかゆみの予防法

頭皮のケアは、日常生活に取り入れて無理なく継続していくことが重要です。ストレス解消法も、ヘアケア用品の選び方も、休息のとり方も、これだけでなくはいけないという決まりはありません。世の中にあふれている情報に流され過ぎず、自分の感覚で判断することが、頭皮に限らず自分の健やかさを守るのには大切です。

大正健康ナビは、生活者の日常生活に寄り添い、「人生 100 年時代をサポートする健康情報発信基地」として、みなさまの健康の維持・増進にお役立ていただけるサイト運営を目指しております。当社は、これからも健康と美を願う生活者に納得していただける優れた医薬品・健康関連商品、情報及びサービスを、社会から支持される方法で創造・提供することにより、社会へ貢献してまいります。

### 【監修者プロフィール】

日松町こころとひふのクリニック院長

檜垣 祐子（ひがき・ゆうこ）先生

1982 年東京女子医科大学卒業後、同大学皮膚科に入局。84 年よりスイス・ジュネーブ大学皮膚科に留学。その後、東京女子医科大学皮膚科助教授、同附属女性生涯健康センター教授を経て、2017 年より現職。医学博士。専門はアトピー性皮膚炎、皮膚科心身医学。著書に『皮膚科専門医が教える やってはいけないスキンケア』（草思社）など。

### ■ご参考

#### ●大正健康ナビ

<https://www.taisho-kenko.com>

大正健康ナビでは、お悩みの原因、症状、対策や予防法などをご紹介します。また、気になる症状をすぐにチェックできるコンテンツもご用意。いろいろな疑問に専門家が分かりやすくお答えしています。