

5

どうして思春期に ニキビができるの？

ニキビは、目に見えない小さな毛穴のつまりから始まります。思春期は皮脂の分泌量が増えてくるため、皮脂や汚れをうまく排出できないことがあり、毛穴に皮脂がたまってニキビができます。

毛穴がつまり皮脂がたまってくると、ポツツとふくらんで白ニキビとなります。毛穴が開いていると、黒っぽく見えることもあり(黒ニキビ)、これがニキビの第一段階。白ニキビも黒ニキビもあまり目立たないので、「隠れ(かくれ)ニキビ」ともいわれます。

「隠れニキビ」の症状が進み、皮脂の中でアクネ菌が増えて炎症をおこすと、はれて赤く見えてきます(赤ニキビ)。アクネ菌は普段から皮膚に住んでいる菌ですが、空気の無い状態を好むので、毛穴が詰まっていると皮脂を栄養源にしてどんどん増えてしまうのです。アクネ菌が増えて化膿してくるとてっぺんに膿が見えるため、黄色く見えることもあります。

さらに重症化してしまうと、毛穴の奥の組織が壊されて、ニキビ痕(あと)として残ってしまうことがあります。できてしまったニキビ痕は自然に消えることはなく、現在の医療技術では完全に元にもどすことはできません。ですから、ニキビ痕にならないように早目に治療することが大切です。

