

@nifty ニュース

ニュース速報と雑誌記事から世の中の「今」が見えるニュースサイト

@niftyトップ

矢野経済研究所

各業界の市場情報を独自に調査し、市場規模、企業シェア、将来予測等を資料として提供

注目ニュース

ニュース速報

雑誌記事

提供社別

地域別

niftyニュース アプリ版

国内 海外 経済 エンタメ スポーツ・テクノロジー ネタ 写真 動画

ニュース検索

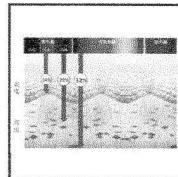
ブルーライトは「肌」にも危ない? 色素沈着をもたらす可能性が明らかに

2016年2月26日(金)14時12分配信 マイナビニュース

おすすめ 0 ツイート

マイナビニュース

ランコムはこのほど、スマホ・PCなどの画面から発生する「ブルーライト」が肌に及ぼす影響についての研究結果を発表した。



写真提供:マイナビ
ニュース【拡大】

ブルーライトは、人間の目で捉えることができる波長の光「可視光線」の中で400nm~500nm(1ナノメートルは1メートルの10億分の1の長さ)の波長の青く見える光のこと。LEDを使用した電子機器だけでなく、最近ではスマートフォン・PC・テレビなどからも検出されている。

これまでの研究より、ブルーライトは目にさまざまな影響を及ぼすことが明らかになっている。今回の研究では、ブルーライトによる「肌の色素沈着」について実験を行った。色素沈着とは、刺激を受けたメラノサイトによって過剰に生産されたメラニンが生体内に蓄積することを意味する。

まず、被験者にブルーライトを一定時間照射。その後、皮膚科医が肌に起こった色素沈着を目視したところ、照射1時間以内に即時の肌の変色を引き起こすことがわかった。また、その影響は一時的なものではなく、照射終了をしても3週間後まで色素沈着が残ることが判明。特に、高いエネルギーのブルーライトほど肌の変色も濃くなる傾向がみられた。

また、肌に色素沈着をもたらす要因に「紫外線」があるが、その影響は肌を黒くするだけではなく、シミ・そばかすやシワ・たるみといった「光老化」を引き起こすといわれている。

続いて同研究では、ブルーライト(415nm)とUVB(紫外線の種類)照射の比較実験を行った。ブルーライトには、真夏3時間分の太陽光に相当する1平方センチ当たり87.5ジュールの光を使用。その結果、ブルーライトによって、鮮明な色素沈着が起こりうることと、ブルーライトによる色素沈着は3ヶ月以上持続する可能性があることがわかった。

なお肌構造は、肌表面から奥に向かって「表皮」「真皮」「皮下組織」からなる。同実験では、UVBが表皮までの影響するのに対し、ブルーライトは真皮より奥の深部まで到達することも示した。

同研究結果を受け、あおいクリニック銀座の中野あおい院長は、「ブルーライトは表皮と真皮を透過して肌の深部に至り、紫外線よりも肌の奥深くまで達します。また、現代では生活中になくてはならないものとなっているスマートフォンからは、非常に多くのブルーライトが発生しています」と指摘。

そして、「将来的な肌トラブルになるリスクを最小限に抑えるためには、紫外線対策だけではなくブルーライト対策も必要です」と語った。具体的な対策としては、ブルーライトを発生する電子機器の使用を最小限にすることや、ブルーライト対策のコスメアイテムを使用することを挙げている。

(フォルサ)

【関連記事】

あなたの体内の老化具合がわかる「体年齢診断テスト」がオープン

【レポート】紫外線で肌が老化する!?シミ・シワ・たるみを招く「光老化」を医師が警告

【レポート】夏が終わっても紫外線対策に終わりナシ—医師が教える「焼けない」コツ

注目ニュース

枝野氏「鈴木氏は重大な反党」New

民主から膳場貴子氏出馬の噂New

警官67人が被災地「永久出向」

非正社員依存度 増が上位にNew

シリアの停戦 履行は不透明New

州知事がトランプ氏支持表明New

清原氏巡り石井一久氏に称賛New

カトパン新番組にファン複雑New

「ロッキー」デューク役が死去New

E.ワトソン 太眉嫌いを告白New



「産まない」発言に評価(ポストセゼン)

ピックアップをもっと見る

ネタ

駅員が鉄道マニアの扱い苦悩New

ブルーライト肌の色素沈着もNew

伊豆急 看板車両の塗装一新New

新TOEIC 間投詞含む会話にNew

ココナツオイル効果疑問もNew