

ビタミンCは万能

ビタミンCには毛穴の引き締め作用があることはよく知られていますが、「コラーゲンを増やす作用」「皮脂分泌の抑制作用」もある為、ニキビでお悩みの方へも大変有効です。

ニキビは塞がれた毛穴の中で皮脂が詰まりアクネ菌が過剰に繁殖することでできてしまいます。毛穴を引き締める為に、日マコツコツと取り入れることで肌質も変化してきますよ。そして、ビタミンCには抗炎症作用もあり、ニキビや肌荒れによる赤みも少しずつ落ち着けてくれます。その上、市販の美白剤にも含まれていることが多く、濃度によっては色調も改善できますし、本当ビタミンCは万能です。

そこでおススメしたいのがUbeautyシリーズのVCローションです。ビタミンC誘導体と言ってお肌へ浸透しやすくしたビタミンCが5%と高濃度配合されているにもかかわらず、刺激感がなくスーっとお肌へ浸透してくれます。

ビタミンCの欠点としては乾燥を感じやすい為、20代~の方はヒアルロン酸も配合されたAPSローションが最適ですよ。

実際使用された患者様からは

「浸透している感じが良かった。」

「程よい使用感でべた付かない。」

などリピーターの方も多くいらっしゃいます。

まだ使用されたことがない方は、是非一度お試しをされてみて下さい。



Ubeautyシリーズ
VCローション
¥2,750(税込)



以上、今回はマスクによる肌トラブルについてお伝えさせて頂きました。Ubeautyシリーズは各商品サンプルをご準備しておりますので、ご興味ある方はスタッフまでお申し付け下さい。



HomePage
公式ホームページ



U beauty
化粧品通販サイト



Instagram
インスタグラム

上田皮ふ科

〒856-0025 長崎県大村市小路口224-7
TEL0957-47-6707 <https://uedahifuka.com>



上田皮ふ科のオリジナル インフォメーションマガジン

第3号はマスクによる肌トラブル
についてのご紹介!

コロナ禍でなかなかマスクが外せない日々。。。
マスクによる肌トラブルで沢山の方がご来院されます。

特にマスクで影響を受けやすい肌荒れと
ニキビは、保険診療も美容治療でも
ご相談される方が増えています。

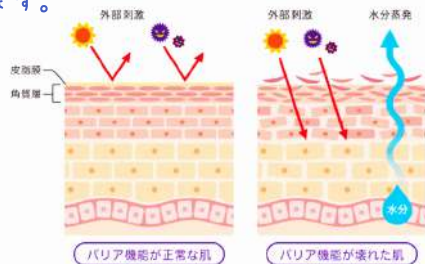
Ubeauty通信第3号は肌荒れ・ニキビについて、
最適なケア方法についてご案内させていただきます。

そもそも肌荒れって何で起こるの？

肌荒れは肌のバリア機能が低下した際に、摩擦や外的刺激によって起こります。常に着用しているマスク内のお肌は、呼吸により湿気が充満した環境で非常にデリケートになっています。

そこに少しずつ刺激が加わることでバリア機能が低下しやすく、徐々にカサつきや赤み・痒みが出てきます。

もちろん、冬は乾燥していることや普段のケアや化粧品など多くの要因がありますが、マスクによる肌環境が誘発している可能性が多いです。



ニキビってマスクも関係するの？

マスクを着用しだしてから、ニキビはできていなかったのに急にできた、元々あったニキビが一気に増えたなど、お悩みではないですか？

マスク着用部分のみ（頬～フェイスライン）ニキビができる方や、額に多くニキビが見られる方など様々ですが、マスクを着用することにより顔全体の表面温度が上がり、皮脂の分泌が多くなることで毛穴が詰まりやすい環境になり、ニキビを誘発してしまいます。

よく患者様から聞かれるのは、「化粧品を変えてみたり、メイクをやめてみたけど変わらなかった。」「市販薬を使ってみただけで改善しなかった。」など、ニキビあるあるです。

ニキビは化粧品で改善することは多少できても、根本的には治療をしていかない限りはずっとでき続けます。

根本的な治療というのは、今あるニキビはもちろんですが、ニキビができる毛穴を元々から引き締めることでニキビができにくい肌質にしてしまうというものです。その為にはニキビ治療外用薬を1年以上は塗り続けることで大きく変わってきます。高価な毛穴引き締め美容液や毛穴パックを購入する前に、一度ご相談を！！



たくさん保湿した方がいいの？

マスクによる乾燥感を感じる方も多いですよね。マスク着用中は内側の水分は充満し、マスクを外すと肌表面に含まれている水分も一緒に蒸発してしまう為、余計に乾燥しがちです。

お肌が乾燥している際は適度に保湿して頂いて大丈夫ですが、ガサガサや痒みを伴う場合は保湿だけでは改善しない為、医師へ相談されることをおすすめします。

一方で、過度に保湿をするとニキビの元になってしまうことはご存じですか？ワセリンやクリーム状の保湿剤などをニキビができる部分に塗り続けると、毛穴を密閉してしまい詰まりの要因になります。

目安としては、朝起きた際に顔がベタ付かないかを見て頂き、もしベタ付いている部分があれば保湿は控えめにしてください。

どういうスキンケアをすれば良いの？

スキンケアアイテムの選択もなかなか難しいですよね。自分に合っているのか、知り合いからおススメされたけどよく分からない、などよくご相談を受けます。

使用されたスキンケアアイテムで、お肌のトラブルが起きていないか、心地よく使えているかが一番の選択ポイントです。個人で肌質や好みも違うように、「人気・SNSに載ってたから」という理由で使うことも良いですが、**大事なのは使ってみてどうか。**「**今の肌状態に刺激や負担にならず、継続できるコストと質**」という部分もアイテム選びには欠かせないですね。もし、**露頭に迷ってしまっている**、アイテムを変えてみたいなど考えられている方は、是非**Ubeautyシリーズ**もご参照下さい。



Ubeautyシリーズ

ケア方法

ケア方法として一番大切なことは、**極力摩擦を減らすこと**です。

摩擦は肌トラブルが起きる原因や、トラブルを持続させてしまう要因にもなります。頬にマスクが接触することで肌のバリア機能が乱れ、そこに摩擦が加わってしまうと肌荒れに移行しやすいのです。

基本、洗顔はたくさんの泡で、保湿をする際は手の平で優しく馴染ませる様に行うことで必然と摩擦は軽減できますよ。

肌荒れが気になる方は特に！お肌を優しくケアしてあげて下さいね。

今までのスキンケアが良いのか分からない、詳しいスキンケア方法が知りたい場合は是非スタッフにお声かけ下さい。

ニキビにはピーリング成分が有効

ニキビとは毛穴の出口の角質が厚くなって毛穴が塞がってしまうことがきっかけで起こります。その為、毛穴を詰まらせないように余分な角質を定期的に取り除く（ピーリング作用）ことでニキビ予防に繋がります。

Ubeautyシリーズにピーリング作用のあるクレンジングがあり、刺激感ほとんどなく毎日使用できる為、初めてケアに取り入れる方にはおすすめです。



雑誌にも掲載された
Ubeautyシリーズ
ソフトピーリングクレンジング
¥3,190(税込)

現在はピーリング作用がある外用薬もありますので、外用薬使用開始したばかりの方は副作用（赤み・ひりつき・カサカサ感）を確認した上での使用をおすすめします。一度スタッフへご相談下さい。

裏面【ビタミンC】について→