毛穴用スキンケアならまずはビタミンC、開き&たるみ毛穴はビタミンA!

＊スキンケアテク＊69 皮膚科処方

なかなか毛穴の開きが改善しないなら
ドクター処方のビタミンAも手です!

トレチノインはビタミンA誘導体。より強い効果があります

形成外科専門医 **佐藤薫**先生

※濃度により使用方法や回数が異なるため、必ず医師の指導のもと使用すること

より高い効果が期待できる医師処方のビタミンA誘導体

市販のスキンケア製品でなかなか開き毛穴が改善しないなら、皮膚科でビタミンA誘導体のトレチノインを処方してもらうのも手。開き毛穴の対策になるほか、シミ、ニキビ、ニキビあとにも効果が期待できます。

＊スキンケアテク＊70 花粉

花粉で毛穴が荒れちゃった!
たっぷりの保湿と水が効きます

水が静電気を抑えて花粉をブロック!

鼻のまわりに塗って花粉の侵入を防ぐ

乾燥している部分につけて

花粉の時期は水を飲んで対策を

花粉で荒れた鼻まわりは、いつも以上の保湿が大事。保湿スティックやワセリンで対策して。そして静電気で体にくっついてくる花粉を減らすには、水を飲むのが効果的です。

＊スキンケアテク＊71 毛穴吸引器

エステ級の効果はナシ
家庭用毛穴吸引器は汚れを取るのが基本です

吸引するだけじゃダメなんです

確かに汚れは取れた

アフターケアができず毛穴が開きっぱなしに

家庭用毛穴吸引器は角栓の除去には役立ちますが、その後の毛穴は開きっぱなし……。そのままにしておくとリスクがあります。エステのようなアフターケアを自分でできる人以外にはオススメしません。

＊スキンケアテク＊72 体の毛穴

こすりすぎに注意!
体の毛穴はたまのスクラブでケアして

二の腕のボツボツ毛穴は皮膚科へ

お尻や背中などの毛穴が気になる場合は、スクラブで黒ずまない程度にケアをして、しっかり保湿するのが効果的です。もし二の腕のボツボツが気になっているなら、「毛孔性苔癬(もうこうせいたいせん)」という疾患が疑われるため、皮膚科に相談を。

＊スキンケアテク＊66 毛穴の目立ち

短期間でも効果が出た!
キールズが毛穴の目立ちを劇的に改善しました

※皮膚画像解析機「VISIA」の画像

ボツボツ見えていた毛穴が目視でもわかるほど目立たなくなり、つるんとした肌に

キールズ
DSライン コンセントレート 12.5C
【購入価格 9680円(50ml)】

改善度	成分	使用感
◎	○	○

効果の高いビタミンC誘導体を配合

1カ月で毛穴の目立ちが改善

キールズを1カ月モニターが使用したら、見るからに毛穴の目立ちが改善し、キメが整った肌に。テクスチャーものびのよいサラッとしたもので、使いやすさもありました。ただ、やや刺激が強いので、敏感肌さんは事前にパッチテストをして。

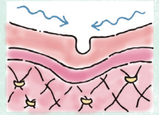
＊スキンケアテク＊67 たるみ毛穴

たるみ毛穴が気になるなら
レチノール入りのエリクシールで肌のハリをアップ

コラーゲンとエラスチン生成を促進する

エリクシール
エリクシール シュペリエル エンリッチド リンクルクリームS
(医薬部外品)
【購入価格 6380円(15g)】

たるみ毛穴はコラーゲンの減少が原因



弾力を失ってたるんじゃう

たるみ毛穴は肌のハリをアップさせて改善

毛穴ケアにはビタミンAもオススメです。真皮層のコラーゲンとエラスチンの生成を促進するレチノールは、ハリアップに効果的。たるみ毛穴の改善にも期待できます。ただし、刺激を感じる人もいるので注意して。

＊スキンケアテク＊68 美容医療

ダウンタイムに10日ほどかかるけど
炭酸ガスレーザーなら目に見える効果を1回で感じられました!

時間はかかるけど毛穴がつるんと減る!

炭酸(CO_2)のレーザーを使って皮膚に穴を開けながら施術。施術後の1～2日は顔が腫れますが、その後、かさぶたができそれが自然に剥がれていきます。2週間ほどかかりますが、目に見える効果が出ました。

レーザーで皮膚に穴を開けて治療

麻酔で痛みはナシ!

①麻酔処置(30分)	
②施術(20分)	
合計	6640円(麻酔代含む)

＊スキンケアテク＊63 毛穴ケア成分

肌の悩みにマルチに効く♪
毛穴用スキンケアならコレ! ビタミンCを導入して皮脂の分泌を抑制する

ビタミンCで皮脂の分泌を抑える!

毛穴汚れで化粧ノリが悪い肌もつるん!

ビタミンC誘導体配合の美容液は、ターンオーバーを促すため、毛穴のほかにシミ予防、ハリアップなどエイジングにも働きます。ただ、安価なビタミンC誘導体配合の美容液は、比較的効果が薄いアスコルビン酸グルコシドが使われていることが。これ単体ではあまり効果が期待できないので、購入前にチェックして。

＊スキンケアテク＊64 塗る時間

毛穴スキンケアの救世主
ビタミンC誘導体の美容液を塗るなら絶対朝!

メラニンが作り出されにくくなる

ビタミンC誘導体配合の美容液でメラニンの生成を抑制する。シミ予防としても効果的

朝に塗ることでメラニンの生成を防ぐことができます

皮膚科専門医 **小林智子**先生

皮脂の酸化を防いで黒ずみ毛穴予防

紫外線を浴びると、皮脂の酸化が起こり黒ずみ毛穴の原因になることが。ビタミンC誘導体配合の美容液は、メラニンの生成を抑える働きがあるので、夜のスキンケア時はもちろん、朝のメイク前に仕込ませておくと安心!

＊スキンケアテク＊65 ビタミンC誘導体

ビタミンCよりも効きやすい
ビタミンCを安定化しパワーアップさせたのが「ビタミンC誘導体」!

不安定なビタミンCをより効きやすい形に

実はビタミンCはそのままだと肌への刺激が強く、化粧品に配合するには安定性が低い成分です。そこで構造を変えて安定させたのがビタミンC誘導体。より高い効果を安全に肌へ届けることが可能に。

配合や容器を各社工夫している

ビタミンCはもともと粉末状なので、水溶液の状態だと壊れやすい成分。そこでビタミンCを新鮮なまま保つエアレス容器を使用したり、高濃度ビタミンCを配合したり各社工夫をしているんです。

高濃度ビタミンC配合

エアレス容器

ビタミンCの構造を変えてより効果をアップ

ビタミンC誘導体	ビタミンC
別の成分と結合して安定!	水の中ですぐに壊れちゃう
分解しにくい	分解しやすい
刺激が弱め	刺激が強い
持続性が高い	持続性が低い

元化粧品メーカー研究員 **石渡比奈子**さん

ビタミンCと誘導体が両方入っていることも

＊スキンケアテク＊59 毛穴ケア洗顔

肌をやわらかくして汚れ落ちアップ
クレンジングのあとは蒸しタオルで肌をじんわり温めて

洗顔の前に2～3分蒸して!

毛穴ケア洗顔の順番

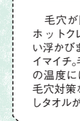
洗顔 ← 蒸しタオル ← クレンジング

タオルの蒸気で毛穴が開きます

クレンジングをしたあとは、洗顔の前に蒸しタオルで肌をじんわり温めて! 蒸しタオルの蒸気で毛穴が開きやすくなり、洗顔時の汚れ落ち効果がより期待できます。

「ホットクレンジングで毛穴が開く」の効果は微妙……

毛穴が開くといえば、ホットクレンジングも思い浮かびますが、効果はイマイチ。毛穴が開くほどの温度には達しません。毛穴対策ならやっぱり蒸しタオルが効果的です。

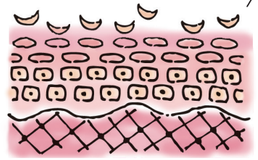


毛穴が開くほどの温度はない

＊スキンケアテク＊60 開き毛穴

角質は必ずしも悪者ではない
むしろ取りすぎると肌が荒れて開き毛穴を招いちゃうかも!

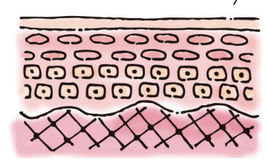
荒れた角質



角質が荒れていると外部の刺激を直に受ける

角質を過剰に取ってしまうと、バリア機能が低下して炎症を起こすなどのトラブルを招くことも。毛穴も広がってしまう!

正常な角質



一定の厚みがある状態がベスト

一定の厚みが保たれておりキメが整っているのが正常な角質。外部刺激を受けにくく、水分もキープする

角質はバリア機能で肌を守る存在です

角質と聞くと悪者だと思いがちですが、それ自体に保湿成分が入っており、またバリア機能で肌を守る役割を持っています。角質を取りすぎると肌表面が荒れてしまい、炎症などが起こることで毛穴が余計目立つケースも!

ハリウッド大学院大学 客員教授 **篠崎功**先生

角質を取りすぎると逆に荒れやすい肌になります

＊スキンケアテク＊61 クレイ

クレイは効果があるけど実感しづらい!

吸着して汚れを取るクレイ。しかしクレイ洗顔料は洗浄力が弱めなので、洗顔料としての効果は物足りないです。

粘り気と洗浄力は別モノ

＊スキンケアテク＊62 寝落ち

メイクしたまま寝ちゃったら落とすより保湿

メイクをしたまま寝てしまった日の翌朝は、汚れよりも乾燥がひどい状態になっています。長時間クレンジングをするのではなく、普通にメイクを落としたら、たっぷり保湿をするのがベスト!

医師 **友利新**先生

クレンジングではなくたっぷりの保湿で取り戻しましょう