

皮膚科の女医さんに聞きました、先生自身は

どんな化粧品を使っていますか？

お肌の専門家で、しかも女性。美肌で評判の女医さんが選んだスキンケアには、やっぱりそれなりの理由があるのです。

穏やかな保湿を基本に、肌周期に合わせて“効くコスメ”を投入。 片桐衣理さん

かたぎり・えり 衣理クリニック院長



「肌が不安定なときにパウフルな化粧品を使うと、過敏に反応してしまいトラブルを招きます」とアドバース。

透き通るように白く、ツルツとした片桐さんの肌。コンプレックスがなかったなんて、信じられない。「昔はコンビネーションを通り越したオイリードライでした。Tゾーン

の毛穴が目立つし、肌ハリ感もない。気になるから、優秀コスメに頼り、極端なケアに走ってばかり。効かないと思ったらすぐ新しいものに取り替える、という繰り返しで、鏡台の上はすごい状態に(笑) 　ある時、やっと誤解に気づいた。「スキンケアはそんなに特殊なものではない、と。大切なのは、刺激なく、いかにしっかりと保湿するか」

理後から排卵までを攻めの時期とし、効くコスメを集中的に投入。 　私の場合、皮膚代謝を活発にし、肌のターンオーバーを促すという目的で、高濃度ビタミンCやAHA・BHAを」

「スキンケアはそんなに特殊なものではない、と。大切なのは、刺激なく、いかにしっかりと保湿するか」あまりにもシンプルな答え。でもそれだけで肌悩みは解決するの？ 「スペシヤルケアは肌の調子がいいときに集中的に使います。具体的に言うと、排卵から生理が終わるまでは、無理をせず穏やかなケアを続ける守りの時期。肌状態が安定する生

片桐さんの基本ケアは、保湿重視のリーリオ、植物性プラセンタのイソラル、休日は香りも楽しいクレンジング・エクストラバーム リンス。「スキンシューティカルズのビタミンCと、朝つけければ肌のハリが半日続くというHANNA ISULは、その効果で手放せない一品です」ポイントを押さえて一気に攻めることが、成功の秘訣かも。



海藻や植物から抽出した天然エキスを浸透のよいジェル状に。リーリオ クレンジングジェル 120g 8,000円、 クリーミィジェル 35g 1万1000円(パロロ・インターナショナル ☎0120-588857) 米国のドクターズコスメ。抗酸化や美白効果が。スキンシューティカルズ プライマシー セラム20 30ml 2万5000円(ネオメディック ☎03-5772-3399) 大豆由来の植物性プラセンタで肌がしっかりと潤う。イソラル フィトエクストラクトP マスク 24ml×5枚入り 4,000円(グローバル ☎0120-30-9686) AHAにアロエベラ、尿素、高麗人参などアンチエイジングに有効なものを凝縮。衣理クリニックでも導入予定。HANNA ISUL AHA FIRMING LOTION 30ml(日本未発売) マッサージするとジワッと温まり、毛穴の奥まですっきり。エクストラ バーム リンス 200g 8,000円(ポビィ ブラウン ☎03-5251-3485)

「結局よく使うもの、使い続けたいものって使用感や香りが好きなスキンケアになりますよね」と山田さん。

皮膚科という職業柄、理屈で選ぶと思っただけ意外にも感覚も重視。

成分はもちろん、感触、香りで楽しめることが肌にもプラスに。 山田美奈さん

やまだ・みな 四谷三丁目皮膚科院長

や着色料、保存料に反応する人は気

肌への害がないですし、それよりも、

スキンケアは楽しみながら使いた