

知らず知らずのうちに負担をかけているまつ毛。本数が減ったり、細くなったりと、ひそかに悩んでいる人も多いのでは。実は、そんなまつ毛のお悩み、クリニックで相談できるんです！

監修：金澤美穂 医師（左）/中井 信（右）/アヅマクリニック
編集：高橋尚志（MAQUA）

少ない、細い、短い…でも諦めたくない！

まつ毛の悩みは クリニックで相談を！

まつ毛に対する意識

ベスト5

- 1位 { まつ毛ケア、メイクはなるべく自然な仕上がりがいい
- 2位 { すっぴんの時、まつ毛が長いほうがいい
- 3位 { まつ毛ケア・メイクは面倒だと感じる
- 4位 { 顔のパーツの中で、まつ毛の見え方は重要
- 5位 { まつ毛が美しい女性はキレイだと思う

理想はやはり長くてもナチュラルなまつ毛。ちなみにこの調査で「現在のまつ毛ケアに満足している人」は29.5%。様々なアイテムを使っても思うようなまつ毛にならないのが現状のよう。

※まつ毛に関する意識調査（アヅマクリニック/金澤美穂医師監修）調査期間：2014年9月～10月、調査対象：1000人（20代130人、30代120人、40代120人、50代120人、60代110人）、日本人に限定して実施。調査実施期間：2014年11月12日（水）～11月13日（木）。調査実施機関：アヅマクリニック

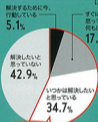
まつ毛も皮膚と同じで
体の変化を左右する。よく人の第一印象を左右する目とくまつ毛は印象アップのポイントになる。年々、ホルモントラブルを患っている人、多いはず。
「まつ毛も体の細胞の一部。女性ホルモンとの影響を受けたり、ストレス、睡眠不足や過剰な食生活、ダイエット、加齢などによって体中に変化が起きることが多くなり、細く短くなり、量が減ったりします」と佐藤美穂先生。また、年齢が関係しているという。まつ毛もそれとなく物理的に弱くなるとダメージを受けやすいそう。
「実はまつ毛が短いのはクリニックで治療できます。まつ毛の悩みがある方、躊躇せず、気軽に相談してみてくださいませ」（佐藤美穂先生）



お話を伺ったのは
アヅマクリニック 院長 佐藤美穂先生
内科医としての豊富な経験を活かしながら、女性の美を重視の内科からサロネード。まつ毛の悩みの解決策をいち早くもみこんだつた丁寧なカウンセリングに好評がある。



Q まつ毛の悩みを解消したいと思っている？



57.1% が解決したいと回答！

みんなまつ毛で悩んでいます！

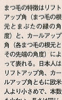
ボリュームだけでなく、抜けやすさやハリ・コシのなさなどに悩む人も。マスカラやつけまつ毛など、まつ毛を長く美しく見せるためのアイテムはあまるけれど、まつ毛自体の「質」を良くすることが、やはり理想！

Q まつ毛でこのような悩みはありますか。

	高くてまぶる	どちらともいえない	高ではまらぬ
少ない	39.0%	28.5%	32.5%
短い	38.9%	26.5%	34.6%
細い	29.9%	35.7%	34.4%
抜けやすい	35.7%	34.6%	29.7%
ハリ、コシがない	24.5%	42.7%	32.8%
年齢とともに減ってきた	35.6%	34.4%	30.0%

Q 日本人のまつ毛の特徴は？

A カールアップしにくい…。



欧米人
もともとまつ毛が向上しているため、メイクの上で持ち上げやすくなっている。

日本人
まつ毛の生え方がまっすぐなうえ、まつ毛のカーブゆるゆるや、カールアップしにくい。

Q まつ毛は白髪になる？

A 白くなりにくい！

まつ毛の色元になる色素はメラニン。まつ毛は体の中で最も色素が多い毛といわれ、通常、年を重ねても白くならないことが多い。

Q まつ毛は医学用語でなんと言う？

A 「しようもう」「睫毛」。

漢字で書くと、「まつげ」と同じ「睫毛」。まつ毛の不整していたり、不十分であるといった症状を「まつ毛質毛症」と呼びます。まつ毛質毛症はクリニックで治療できます。

【まつ毛の基礎知識】

Q まつ毛の平均的な長さとは？

A 約90～160本、長さは8～12mm!

汗や強い日差し、ホクロなどの異物から目を守ってくれるまつ毛。下まつ毛のほうがやや本数が少なく、長さも短い。この長さや本数、太さが、顔の表情や印象を左右していく。

私たちのまつ毛もクリニックで相談できますか？

教えて、先生！ まつ毛お悩み 読者座談会



✓まつ毛お悩みチェック

- まつ毛が短いと感じる
- まつ毛が不足していると感じる
- まつ毛が細いと感じる
- まつ毛が薄いと感じる

※ いずれかにチェックがいたら、クリニックで相談してあげてください

マキアプロガー
りいさん

目が小さいのが悩み。マスカラを塗った後、ビューラーを使うと折れやすいです。どうやって折れにくくしたいか

マキアプロガー
komakiさん

まつ毛が短く少ないのが悩み。マスカラを塗った後、ビューラーを使うと折れやすいです。どうやって折れにくくしたいか

マキアプロガー
茶子さん

短い上に、カールしてもすぐ下に落ちる。何重もかかっていると折れやすくなるので悩んでいます

健康的なまつ毛に憧れます



多くの人が抱えるまつ毛のお悩みはクリニックで相談できる

りいさん、まつ毛が少なくて悩んでいて、折れやすいです。マスカラとビューラーを使っても、なるべく負担をかけないようにしたいです。komakiさん、私は何重もマスカラを塗って、折れやすいです。まつ毛の本数が減って、しばらくつけられないと言われまして、1年以上休止した今も生えてこないで、毛根が死んでしまったんじゃないかと不安なんです。茶子さん、私の場合、生まれつきまつ毛が短いので、何重もつけても両まゆ半分分縮んでいるんですけれど、

毛なんて思うかもしれませんが、ずっと一緒に生え続ける目の体の一部、きちんとケアしましょう。

自分の思い込みだけで諦めるのはまだ早い！
komakiさん、自分でマスカラをするのはよくないですか？
りいさん、目の周りのケアは保湿が大切です。専門医のケアは保湿と目の光を吸収する成分は、何か心配な成分があるか？
茶子さん、信頼のおけるクリニックで治療してもらった方が安心です。

健康的なまつ毛に憧れます。みなさんのようにまつ毛のごことで悩んでいる人、実はたくさんいらっしゃいます。実は、まつ毛の悩みをクリニックで相談したり、治療を受けることができます。りいさん、茶子さん、まつ毛の悩みはクリニックへ行こうというのは少しハードルが高い気がしますが、先生、とんでもない！例えば、髪の毛がたぐやさんげたり、爪が折れたり、生えなくなったり場合には相談に行きませんか？まつ毛も体の一部です。クリニックに行くと、目からウロコ



クリニックに行くなんて、目からウロコ



まつ毛もケアが必要ですね

先生、私の場合はどうなんでしょうか？
りいさん、まつ毛が少なくて悩んでいて、折れやすいです。マスカラを塗った後、ビューラーを使うと折れやすいです。どうやって折れにくくしたいか

まつ毛お悩み

まつ毛お悩みはどのよう探せばいい？

認可された医薬品を使ったお悩み相談できるクリニックは「まつ毛クリニック.com」で探せます。トラブルを避けるために、まつ毛クリニック選びは重要！
まつ毛クリニック 検索 <http://www.matsugeclinic.com/>

健康保険は使えますか？

まつ毛の悩みは健康保険の対象か？健康保険は適用されませんか。カウンセリングも予約もすべて自己負担になります。

まつ毛治療 Q&A

まつ毛の相談にクリニックへ行くこと決めたら気になる疑問をまずは解決！



りいさん、まつ毛が少なくて悩んでいて、折れやすいです。マスカラを塗った後、ビューラーを使うと折れやすいです。どうやって折れにくくしたいか

気軽に相談に来てください

