

美女医たちの
アドバイス付き

2018年こそ年間通して美肌をゲット

「美容カレンダー」で美を年間計画

来たる新年に向けて、ビジネスだけでなく、美容の計画も立ててみない？
季節に応じたケアを取り入れ、いつでもベストな状態の自分をキープして。



衣理クリニック表参道
院長 片桐衣理先生

かたぎりえり ●美容皮膚科・内科医。体の内外両面からのアプローチで美と健康の両立をめざすパートナードクターとして、国内外の著名人からの信頼も篤いアンチエイジング治療の専門医。日本抗加齢医学会評議員。

2017

12A December

肌トラブルが起きやすい師走は 徹底的に保湿ケアを見直そう

外気が乾燥し、冷氣によって血流も低下する時期は、保湿ケアが大切。ミルクやオイルジェルタイプのもので穏やかなクレンジングを心がけ、W洗顔はしないこと。ベタつきの少ない浸透性の高い化粧水で保湿した後、クリームで保護しましょう。ポディの保湿も忘れずに。また、貯蔵鉄が不足すると肌の血流が十分に上がらないことがあるため、サプリメントなどでヘム鉄を摂ることも大切です。

(片桐先生)

衣理クリニック 表参道

多忙な師走は美容点滴で体の内側からもアプローチ。疲労回復、二日酔い回復(各1回/8000円)の各種点滴に、100種類以上の成長因子が豊富に含まれる歯髄幹細胞培養上清(1パイアル/10万円)をオプションでプラスすると、より高い効果が期待できるそう。
DATA ●東京都港区北青山
3-5-30 入来ビル4・5F
☎03-5786-1155(初診)



3月 March

美白新製品が
続々と発売!

肌が敏感に傾きやすい季節。 低刺激のスキンケアを心がけて

編集部
おすすめ



花粉症の人もそうでない人も、肌が不安定になりやすい季節。肌トラブルのある人は有効成分が多く含まれた化粧品よりも、保湿力の高いシンプルなケアに徹してバリア機能回復に努めましょう。赤みやかゆみが強いときは、血流が急激に促進される刺激物は控え、常温より高い温度の水を1.5ℓ以上は飲んで。皮膚再生を促すビタミンA、保湿力を高めるビタミンE、免疫力を高めるビタミンBも摂りましょう。

うるおいクッション
で肌あれを予防し、
刺激から肌を守る。
カルテ クリニティ
スタビライズ エッセ
ンス【医薬部外品】
30ml 2500円(編集部
調べ)／コーセー

(片桐先生)

7月 July

水着の季節を迎える前に ムダ肉・ムダ毛をチェック!

ムダ肉撃退には、脂肪溶解のメソ注射や、エンディメッド、トゥルスカルブの組み合わせが確実。ムダ毛処理は、埋没毛や毛のう炎のリスクがある毛抜き、脱色・除毛時の化学物質は肌に刺激に。医療用レーザーの永久脱毛なら負担がありません。カミソリを使うときは、毛流れ方向に剃り、深剃りにならないよう注意を。かかとの角質は削るとさらに硬くなります。綿か麻、シルク素材のもので洗うだけでもなめらかに。

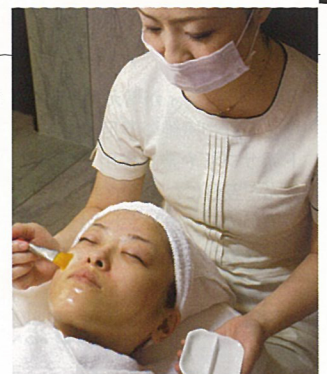
(片桐先生)

6月 June

美毛穴は一日にしてならず。 正しいホームケアが鍵

毛穴の詰まりを指で押し出すと、より開きやすく、詰まりやすくなります。刺激の少ないミルクやオイルジェルのクレンジング剤でやさしく洗い、少しずつ溶かし出すケアを。ラップで覆い、蒸しタオルで温めると取りやすくなります。また、保湿は忘れずに。ビタミンAやC配合のコスメでコラーゲン産生を促すのもおすすめです。

(片桐先生)



衣理クリニックのおすすめ毛穴ケアは、「ケミカルピーリング」(顔全体1回/1万2000円)で毛穴の角栓を溶かして詰まりを除いた後、コラーゲンの再生・増生を促す炭酸ガスレーザーを用いた「マドンナリフト」(鼻1回/5万円)で毛穴を引き締める施術を。