

季節の変わり目は、
大人ニキビも花盛り

どうにかしたい! 肌のブツブツ撃退ルール

生え際

生え際や、頭皮にできるニキビはストレスによるものが多い。漢方薬・通眼丸でストレスを和げて。またシャンプー剤、ヘアケア剤が刺激となることも。特に生え際は、すすぎ忘れということもありうるのでしっかり洗い流して。

こめかみ

生活が不規則だったり、睡眠不足の人に出やすい場所。中医学的には、肝臓が悪いとこめかみ付近にブツブツができるよう、241ページの対処法を参考にしな!

頬

中医学的には胃腸が悪いと頬にニキビが出やすいとされているが、頬杖をついたりなど、ふだんにげなく汚れた手で触っている可能性も。頬にニキビができてくるときは、チェックは控えたほうが無難。

Tゾーン

思春期によく見られるのが額から鼻にかけてのニキビで、過剰な皮脂分泌が原因。

小鼻

皮脂分泌が多い鼻。特に小鼻は無意識に手で触っていたり、洗顔のときにきちんと汚れを落とし忘れていることも。ここにニキビができやすい人は、こまめに部分パックやスクラブをして毛穴の汚れをオフ!

Uゾーン

「大人ニキビ」と呼ばれるのはここ。生理前、不規則な生活、ストレスなど原因は複雑。

学生時代はなかったのに、働き始めてから、あるいは生理前になるとニキビが…と、大人ニキビに悩む人が実に多いのがOggi世代! ホルモンバランスやストレスによって肌の抵抗力が弱まってできるなど、その原因も複雑。そんなニキビに、いろんな角度からアプローチして、ニキビ知らずの美しい肌になりましょう!

撮影/中野健治(静物)、中島正男(取材)
イラスト/かくたりかこ デザイン/加藤りえ子
取材協力/金子智恵 構成/益田史子(本誌)

ルール
3

炎症中の赤ニキビや白ニキビ、ニキビ跡を即効治したい
→皮膚科クリニックでニキビを徹底根絶!

お金はかかるけど、きれいに治るなら受けたのが専門クリニックの施術。日々進化するニキビ治療を知るべく、ニキビの権威と呼ばれる4人のドクターに直撃取材。

赤ニキビ
対策

慢性的な赤ニキビはクリアタッチ

「治ったと思ったらまたできてしまう慢性的な赤ニキビは、毛穴の奥が詰まっている。まずはその奥を殺菌して肌を正常な状態へ、そしてニキビ跡までしっかりと完治させることが大人ニキビバイラルの脱出策ですよ」と衣理先生。このレーザー治療法「クリアタッチ」で、毛穴の奥に詰まっているなかなか殺菌できない菌をケア、ニキビを改善していく。



↑写真の個室のほか、カーテンで区切られた治療ベッドも。専用のメイクルームでメイクを落とし、施術後はメイク可。

↑1回目の治療でかなりの赤みが薄えられる。治療後は赤くも腫れたりはれたりすることなく、むしろメイクのノリがよくなるほど。ケミカルピーリングと合わせて治療すると、さらに肌ははるかにモチモチに。



衣理クリニック表参道

東京都港区北青山3-5-30 入東ビル4F
☎03-5786-0077 受付11:00~20:00
※火(予約のみ) http://www.ari-clinic.com
☆クリアタッチと一緒にを行うと効果的な、フルート酸で古い角質を取るケミカルピーリングは1回¥12,000。



表理クリニック
片桐衣理先生
クリニックは昨年10月にオープン。内科医でもある衣理先生は敏感肌の人のケアにも詳しく、すべての治療は自ら体験して効果を立証。「体の内側と外側からキレイになっていきましょう!」

PRICE
クリアタッチ(1回)
.....¥15,750
クリアタッチ(全額)はイオン導入込みで約50分。お得な6回コースは¥75,000。クリアタッチ5回とケミカルピーリング5回のコースは¥105,000。施術後はメイク可。

白ニキビ
対策

ビタミンCを患部にダイレクト注射!

「ニキビの原因である活性酸素を抑制するのが、ビタミンCなんです」と亀山先生。日本のニキビ治療に最初にビタミンCを取り入れた青山ヒフ科クリニックならではの、高濃度配合のビタミンC。それを直接注射することによって、効果を高め肌の再生も早める。つぎはしまいがちな白ニキビの膿をクリニックで出してもらえるから肌への負担が少ない。

→若ニキビにも効果的で大人気の美容液がリニューアル。ドクターケイ ケイバンスリペパ 30ml ¥8,400(45リニューアル発売) 洗顔しながらビタミンCを肌内部へ、ケイクレンジングソープ 100g ¥3,990



↑メイクを落とし診察してから患部に直接注射! 針を刺すのでチツとするが、ほとんど痛みはない。注射後はメイク可。



青山ヒフ科クリニック

東京都港区南青山5-1-3 青山山ミアビル8F
☎03-3499-1214 受付11:00~14:00、15:00~19:00
※木、日、夜(予約のみ) http://www.aoyamahifu.com/
☆ニキビ跡がシミになってしまった人はレーザーも、小さいシミなら1ショット(¥2,500)で効果が。



青山ヒフ科クリニック
亀山孝一郎院長
「ニキビはストレスを抱えながらがんばっている人の証なんです。マイナス思考にならず、一緒にケアしていきましょう!」そんな先生を頼って、海外からクリニックを訪れる人も。

PRICE
ビタミンC注射(0.1ml)
.....¥1,470~
ビタミンC注射は基本的に1か所1本、0.1ml。肌の状態によって濃度も0.2mlに配合する人も。1回で5~6か所まで打つことができる。所要時間は1か所約3分ほど。

赤ニキビ
対策

光でニキビを根元から撃退

「フォトフェイシャルアクネスは、美肌治療機の「フォトフェイシャル」を、ニキビ肌向けに改善して進化させた光治療機。「ニキビの原因であるアクネ菌が出す物質がこの光に反応して死滅するので、ニキビが改善されニキビができにくくなります。皮膚腺を抑制させる効果もあるのでオイリー肌にも効果的。敏感肌の人でも治療できるくらい、痛みが少ないのも特徴」



シロノクリニック銀座
張賢二院長
美容師資格も持つ院長。院長という立場柄、会社員に寄りかかっている方も多く。自宅でもケアする人も、肌状態に合わせてそれぞれ処方している。その分、治りも早いですよ!

↑「ニキビの気になる部分に塗るのがアクネス」と張先生。ドクターシーラボ アクネレスゲル 60g ¥3,800(医薬部外品)

PRICE
フォトフェイシャルアクネス
.....1回¥10,500
治療は1回20分。1週間1~2回集中的に照射するのが効果的。1~2か月でニキビ跡が目立たなくなり、皮膚の分厚さも薄らぐ肌質が変わったことを実感。



シロノクリニック銀座

東京都中央区銀座3-5-6 銀座ASビル6F ☎03-3564-1403 電話受付:10:00~20:00 夜月、祝(予約のみ) http://www.shirono.net
☆肌の代謝をアップさせて、美白効果もある「スーパーブライトニング」エキストラ注射は1回¥6,300。カウンセリングのみでも受け付けている。

毛穴詰まり
対策

ニキビ跡の色素沈着にも効果的!

辻先生がおススメするのは「オーロラ」という光エネルギーと高周波を出ることによって肌を再生する光治療法。「濃い色に反応する治療法なので、顔のうぶ毛にも反応して脱毛もできるからニキビの原因となる毛穴詰まりを解消して、ニキビをできにくくしてくれるんです。診断の後、先生が肌質別に選んだ化粧品と外用薬でホームケアするのも完治への近道。」



↑女性ホルモン配合。ニキビ肌特にオススメ。ドクタープロダクツ ダーマサイエンス DP エストチャージ 30g ¥8,400
↑洗顔後で冷やしたコップ2杯分のジェルを顔に塗ってからオーロラを。厚さ約2cmと厚く塗ること。オーロラを照射してもその熱が肌にはほとんど伝わらず、痛みはさほど感じない。



アヴェニュー
表参道クリニック
辻 晋作院長
東京大学病院で得た確かな知識と優しいキャラクターが人気の辻先生。ラジオではコメンテーターとしても活躍され、「皮膚科クリニック界の貴公子」として美容業界にもファンが多い。

PRICE
オーロラ初回...¥31,500
メイクルームでオリジナル化粧品を使って洗顔後、オーロラを。2回目以降は1回¥42,000。5回セットは¥210,000。洗顔から施術終了まで約45分。施術後はメイク可。



アヴェニュー表参道クリニック

東京都港区南青山3-18-16 ル・ポアビル4F
☎03-3796-3434 受付11:00~19:30(水曜-22:30)
※火休(予約のみ) http://www.avenu-clinic.com/
☆乾燥肌にも施術でき、くすみも一緒にしてくれるジェットビルは1回¥31,500。