

気付いたときには遅過ぎるから… 美肌とダメ肌の分かれ道、 正しいクレンジングをマスター。



片桐衣理先生
美容内科・皮膚科医。
衣理クリニック院長。内科診療をベースに肌や体の悩み解決、最新の美容治療を行う。
en-clinic.com/

「肌トラブルで来院する患者さんは、毎日の洗顔での『洗い過ぎ』が原因と思われる方がとても多いんです。肌がベタつくのが嫌だからと皮脂を落とし過ぎると、肌は乾燥するばかりか老化を進ませることに。年齢とともに皮脂の分泌量は減少、必要な皮脂を残す洗顔を心がけ、保湿をきちんとすることが不可欠です」

過度の清潔好き洗顔がさらなるアブラを呼び！
ベタついた肌を嫌って一生懸命に洗顔する人が多数。肌は適度な水分と脂分のバランスで健康な状態に保たれるもの。失った脂分を補おうと、ますます皮脂を分泌します。ニキビや毛穴の開きは、洗い過ぎの人に多いのです！



1



最終的にはたるみなどの本格肌老化へと進行！
それでもまだ気が付かないで洗い過ぎを続けていると…？ 本来は加齢とともに現れる、たるみなどの肌老化の症状を早めてしまうことに。洗顔は毎日のこと。数年、十数年と間違った洗顔を続ければ、差は歴然！

“日々の洗い過ぎ、そのまま続けると肌はどんどん老化！”



2!



3!!

4!!!

ゴシゴシ洗い過ぎて知らない間に乾燥肌に。さかになった皮脂分泌を嫌ってさらに洗い過ぎを続けると、必要な皮脂だけでなく肌の潤いを保つNMF(天然保湿成分)を落とすしてしまいます。結果、肌は過剰に乾燥してやがてかさつきや小ジワが。

バリア機能が落ちてあらゆるトラブル勃発！
さらに、肌の角質層は細胞同士をつなぎ止める細胞間脂質が不足し、バリア機能も低下。敏感に傾いた肌は乾燥や紫外線などの刺激でシミやソバカス。毛穴の開きも目立つようになり、汚れも奥へ入りこみます。

and more...!

洗い過ぎだけじゃない！
こんなNG洗顔も肌を傷める。



タオルでゴシゴシと拭く。
肌に摩擦はダメージ。洗顔後の水分を拭き取る時に強い力で上下にこすり続けると、肌をたるませる原因に。肌当たりのソフトなタオル選びも、重要なポイント。



洗顔料をすすぎ残している。
髪の生え際やフェイスライン、目元や小鼻など隅の隅の部分は洗顔料をすすぎ残しがち。ニキビや肌荒れを悪化させたりカブレの原因にもなります。



ポイントメイクが落ちてない。
アイシャドウ、アイライン、マスカラと目元メイクが数年の生肌。これをキチンと落とさないことが原因で色素沈着を招き、シミになることも。

毎日、当たり前のように行っているメイク落としと洗顔、間違った方法で、知らないうちに肌を傷つけているかも。正しいクレンジングを続けることは、実は高価なアンチエイジングケアに匹敵する美容効果が！
肌質・シミ・クレンジング・メイク落とし・保湿・敏感肌・エイジングケア・エイジングケア・エイジングケア
スキンケア・クレンジング・洗顔料・保湿剤・化粧水・乳液・クリーム・美容液・美容油・美容クリーム・美容オイル