

化粧品でのシミケアに限界を感じると、駆け込みたくなるのが美容クリニック。クリニックにさえ行けば魔法のようにシミが消えること期待を寄せがちで、気分をおおる広告もよく目にします。けれど、簡単に安くどんなシミも消えますのキャッチコピーに誘われるのは危険。自分のシミが今どんな状態かを冷静に見極めてくれるクリニックであることが、選択の条件です。たとえば衣理クリニック表参道院長の片桐衣理先生の提言は、「シミの種類だけでなく、シミがどの深さにあるのかなど、正確に測定することが必要。自己診断しないで、きちんとカウンセリングして診てもらった方がいいです」。

また、スピードを求めるのが、結果を求めるのによっても立派な治療法は違ってくる。一人知れず、少しずつ治療を進めたい」という人には、フォトフェイシャル。一回でシミをとりたいたなら「レーザー」という具合に。

「ただし肝斑にはレーザー等は禁物」と、アオハルクリニックの片山壽子院長。シミの種類を見間違えるといくらか治療をしてもシミは消えない。安易に治療を進めるより、苦言もしつかり伝えてくれる医師こそ信頼できます。しかも、シミ治療は保険診療ではなく、自由診療のため費用負担が大きく、ある程度リスクがつきもの。たとえばレーザーは、照射後しばらく色素沈着が起り、治療前よりシミが濃く見え、その後かさぶたとなつてはがれ落ちるはずが、一回で消えない場合も。そんなリスクと費用をどうとらえるか。納得するシミ治療をするなら、自分が目指す肌はどんなものかを医師に伝え、そこに至るまでの期間と費用を含めて、カウンセリングでチェックするべき。これがトラブル回避のための重要なポイントかもしれません。

シミ消しの最終手段!? クリニックの シミ消し手法を 検証します



シミとりレーザー

輪郭のはっきりしたシミにはこれ。ただし肝斑はよけいに黒くなるので注意。5ミリまで1回¥10,500、5~20ミリ¥21,000。1~2回で効果が実感できる(E)。

A=アオハルクリニック
E=衣理クリニック



アイクリアーXL+ プラセンタ点滴

「ホルモンシミ」に効果的なのがこの方法。幅広い波長をもつ光治療のアイクリアーXLは、全額1回¥21,000。血行が促進され肌の調子上がる点滴は、1回¥8,400(E)。同時に行えるのが魅力。



ケミカルピーリング

皮膚表面に蓄積した古い角質を取り除く。定期的に行えば新陳代謝を高め、新しい皮膚に生まれ変わる周期が正常に。キメ細かな肌へ。1回30分程度、¥12,600で2~3週間おきに1回が目安(A)。



フォトフェイシャル

シミ、赤み、ニキビ跡にも効果的で、コラーゲンを刺激して肌にハリを出すことも可能。1回20分程度、¥35,700で3~4週間おきに1回。トータル5回が目安(A)。



イオン導入

微弱な電流でビタミンCなどを無痛で皮膚の奥まで届ける。ピーリングやフォトフェイシャルとの組み合わせでさらに効果を発揮。1回20分程度、¥6,500で1~2週間おきに数回が目安(A)。

シミの種類によっては消えないものもありますか?

シミの種類だけでなく、深さや肌質によって消えない場合もあります。また同じ治療法でも経過や結果に個人差があることも忘れてはいけません。そのうえで両先生とも「治療やホームケアを併用することで、今はシミをかなり納得のいくレベルまで薄くすることができるようになりました」とも。ただし治療を受ける側の私たちの心構えとして、シミ治療に「絶対、はないことを理解しておくことが必要。自分の納得点がどの程度なのかを、共通認識としてもってから治療を進めたい。

クリニック治療するのに適したタイミングはいつ?

「屋外に長時間いなければいけない用事がある前は避けてください。でも、一般の外出程度なら大丈夫」と、片桐先生。また、片山先生は「紫外線にあたりっぱなしの状況だけでなく、多忙な時期も避けたほうがいいですね」とも。時間がなくてメイク落としがおろそかだったり、洗顔のときにゴシゴシこすったりと、ホームケアがきちんとできない時期は見合わせたほうがよさそう。きちんとスケジュール調整ができ、時間も精神的ゆとりもあるときに治療するのが適しているようです。

治療後はいつものスキンケアコスメを使用してもいい?

「治療後は一時的に肌が敏感になりますので、ふだん使っている問題のないコスメでも、物によっては刺激になることがあります。施術後は刺激が少なく、安全性の高いものを使うことをおすすめします」というのがアオハルクリニック院長、片山先生。一方で、「OKです。ただしこすらないでください」と、衣理クリニック表参道院長、片桐先生。要は、ふだんより慎重にしていけないに行くことが大切だということ。また、塗り薬が処方されたときは、塗り薬をつけた部分は避けてコスメを使うこと。

●取材に協力していただいたのは

衣理クリニック表参道
東京都港区北青山3-5-30
入来ビル 4F
☎03-5796-0077
診療時間 平日/11:00~20:00、
土曜・日曜・祝日/10:00~19:00
休診日/火曜、第1~3日曜
<http://ier-clinic.com>

アオハルクリニック
東京都港区麻布十番2-3-6
FLEG麻布十番prima1F~3F
☎03-5730-0570
診療時間(予約制)
平日/11:00~14:00、
15:00~20:00
土曜/10:00~14:00、
15:00~19:00
休診日/水曜・日曜
www.aohalclinic.jp