CLINIC CARE

複雑な原因を追究して適切なケアを行うからニキビと決別できる確率高し！

自宅でのケアをあれこれがんばってみても、なかなか改善しない場合は、ぜひクリニックへ足を運んでみよう。そのガンコなニキビの原因を探り、もっとも適した施術や、外用薬、内服薬などを処方してもらうことができる。「クリニックでは、肌の診察だけでなく、ホルモンバランスが乱れていないか、婦人科疾患など病気が隠れていないか、体質やライフスタイルに起因するのではないか……など、いくつもの視点から原因を追究することで、より効果的な解決策を提案します。クリニックオリジナルの薬や施術、コスメなどが用意されている場合も多く、ホームケアで改善されなかったニキビでも劇的に効果を実感できたりするんです」（椎名先生）

そういった的確なケアは、ニキビを治したり予防するというだけにとどまらず、ニキビができにくい肌の体質が手に入る可能性も高いはず。つまり、もうず〜っとニキビにサヨナラできるかもしれないというわけだ。

また、クリニックに行けば、もしかしたら、自分の体のSOSを見つけられる可能性があるというのも利点。「現代の女性は忙しく働いていたりして、交感神経優位の緊張状態になっている時間が長いもの。その結果、血管が収縮して血行不良になれば肌のターンオーバーが乱れるし、ストレス過多のせいで男性ホルモンが増えれば皮脂分泌が増える。つまり、ニキビを誘発しやすい習慣な生活を送っている人が多いんです。ニキビ＝体の悲鳴という場合もあるので、クリニックにぜひ！」（椎名先生）

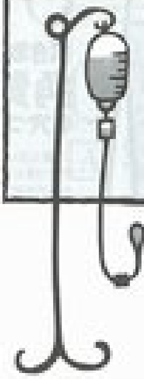
01 最新美容医療で部位や症状別にカスタマイズ治療

ピーリング、レーザー、光治療などニキビに効果的な治療はたくさん開発されているけど、最近ではさらに細密な調整やカスタマイズができるようになり、狙ったニキビを効率よく&確実にケアできる時代に。また同時に、強い痛みを感じたり、赤みが長時間残ったりすることも少なくなり、手軽に受けられるのもありがたい。長期戦になりがちなニキビ治療を劇的に早めたいなら、美容医療の最新技術を自分に味方につけるのが賢い選択だ。

アイクリアー XLイオン導入（15分 ¥[illegible]）2種の光を同時に照射することで、ガンコな大人ニキビを効果的に撃退。ニキビ菌を殺菌するとともに、皮脂を抑えたり、アンチエイジング成分のフェリチンを浸透させて、美肌を実現／●

セレクトロニック エキスパート アクネ（120分 トライアル¥[illegible]）ニキビなど肌トラブルに対応した機器施術を組み合わせて、効果的に[illegible]ハーブマスクとの相乗効果でニキビを撃退／●

チタンマックスSPOT（2500発 ¥52500）プラズマジックジェルをニキビ部分に塗ってから、ジェントルヤグレーザーを照射。皮膚表面をピーリングしたり、皮脂腺を収縮する作用があり、一度でニキビやニキビ跡にかなりの効果／●



02 量も濃度もメガ級の点滴で体の中から強力アタック

ニキビに効果的なビタミンなどを効率よく摂取するには点滴も見逃せない。血液中に直接注入できるし、内服だと難しい量や濃度で摂取できるので、即効的&根本的にニキビが治る可能性が高いのだ。

ニキビ製品点滴（¥5250）量や赤みのある炎症性のニキビが気になるときにオススメ／● ベーシックバックアップビタミンCパック（¥5000）点滴専門店。ビタミン補給やCなどの点滴内容にオプションでCを大量注入！／●

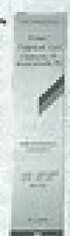
03 ディフェリンゲルを塗って毛穴をつまらせない！

「欧米ではニキビ治療のファーストチョイス的存在の塗り薬が、このディフェリンゲル。昨秋、ようやく日本でもニキビ治療用として保険が適用されるように。角質剥離や毛穴つまりを防ぐレチノイド製剤のひとつですが、従来のレチノイド製剤のように肌がボロボロとむけたり、赤みが出たりという心配が少ないので、とても使いやすいんです」（椎名先生）。ニキビのもととなるコメドや炎症も防ぐ。

3ヵ月間塗り続けることで、赤ニキビや膿を持ったニキビが平均60%も減少するというデータもあるほど、効果はばっちり！ ディフェリンゲル0.1% 15g（保険適用）／●●●●

04 特効薬デュアックなら、翌朝にはニキビレスに

「たった一晩で、ニキビが消える特効薬！」と話すドクターもいる塗り薬。毛穴などに存在するニキビ菌を抑える抗生物質クリンダマイシン1%と、皮脂分泌を抑制する過酸化ベンゾイル5%を配合した、アメリカ製のもの。保険が適用されていないため自費となるけれど、医師の指導のもとに適切に使えば、いい結果が出せるはず。いつも同じ部位に繰り返すニキビ、ポコッとした大きなニキビなどに悩んでいるなら、試す価値あり！



広い範囲に毎日少しずつ塗り続けるのではなく、ニキビができたらその部分に塗り、改めて塗るのが基本。デュアック 45g（保険適用外）／●●●

漢方の威力！

症状の緩和だけでなく、ニキビのできにくい"体質"へ

「体内からのケアのひとつとして漢方薬を利用することも。抗炎症作用や抗菌作用があるもの、血液の循環をスムーズに整えるものなどを処方しますが、どの漢方薬もニキビの症状そのものを抑えるだけでなく、体質を改善できるのがポイント。効き目が穏やかなので、ほかの薬と併用することが多いですね」（椎名先生）「薬局にも当帰芍薬散料などの漢方薬が置いてあるので、まずは薬剤師さんにニキビの症状を相談してみて」（吉川さん）

以下のふたつはクリニックで処方されるもの。いずれもエキス顆粒なので、煎じたりする手間がなく、手軽に服用できるのがうれしい。左中：血流トラブルがあるときなどに処方。ツムラ 桂枝茯苓丸 2.5g（保険適用）／●●●●
左下：漢方でニキビ治療といえばこれ！ 抗炎症・抗菌作用に優れ、赤みのあるニキビに。同 清上防風湯 2.5g（保険適用）／●●●●

以下のふたつは薬局などで買えるタイプ。上：赤みや膿、痛みを伴うニキビに。できはじめたばかりのときに服用するのがオススメ。ツムラ 十味敗毒湯 24包 ¥3675
右：ホルモンバランスの乱れに起因するニキビにはこちら。生理不順や冷え性なども改善することで、ニキビの改善効果も狙える。同 当帰芍薬散料エキス錠A 90錠 ¥2730

05 有名人の美肌のカギ 酵母を味方にして脱・ニキビ肌！

[illegible]

06 効果も使い勝手も大満足の進化形ビタミンCコスメを毎日

[illegible]

07 使いやすくなったレチノイン酸でニキビが"できない"肌へ

[illegible]

08 デトックスサプリのアセロクラストを飲むだけ！

[illegible]

婦人科に頼る!?

低用量ピルを服用して男性ホルモンを抑える作戦もあり

[illegible]

[illegible]

CLINIC DATA

[illegible]