

10年先の美肌のために 思いやりUV対策



片桐 衣理先生
衣理クリニック表
参事院長、美容改
造科・有爪科、健康
美容すべてに
精通した治療を受け
られる。なかでも
貴族のセンスと

技術を誇るヒアルロン酸注射は美容のブ
ロも絶賛。TEL:03-5786-1155
<http://www.eri-clinic.com/>

紫外線が強さを増す夏。ちよつとぐらゐなら…と日焼けを許すと、10年先のお肌には確実しつて返しが。徹底したUV対策で未来の美肌を守りましょう!

取材・文/小林さと

シミ・シワ・たるみを引き起こす 肌老化の原因は「紫外線」!

肌老化の原因の8割は紫外線を浴びることにあるというのをご存知でしょうか。その紫外線は波長の長さで「A波」「B波」「C波」に分類され、なかでも「B波」は、今の時期から急激に多くなります。「B波」は皮膚に炎症を起こし、それによって肌の水分が失われるので、目尻や口周りにちりめんシワができ、それらは後に大シワやたるみとなって顔に深く刻まれます。また「A波」は皮膚の基底層から真皮にまで達し、メラニンをつくるメラノサイトを働きを活性化させ、長い年月をかけて色素の定着、コラーゲンの減少などを進行させます。これらはシミ、くすみ、たるみの原因となります。

つまりUV対策を怠ると、10年先にはシワ、シミ、たるみだらけのお肌になる可能性が高いということ。逆にいえば「絶対焼かない」という気持ちで今から徹底したUV対策を行えば、いつまでも若々しいお肌をキープできるということなのです。

日焼け止めを塗り直すときは 化粧直しもお忘れなく

日焼け止めには主としてUV「B波」のカット効果を表すSPF値(数値で表示)と、「A波」のカット効果を表すPA値(「+」で表示)があります。数値が高くなる「+」が多いほど効果が高くなりますが、SPF値やPA値だけにこだわるとはならず、まずは「こまめに塗り直すこと」を心がけて。特に夏は汗で日焼け止めの効果持続時間が短くなるので、汗をかいて化粧崩れを感じたら、その都度塗り直します。その

際、日焼け止めの上にのせるファンデーションやパウダーなどもきちんと直すことより効果的。さらにサングラスを着用したり、黒や青など紫外線を吸収する濃い色の帽子、日傘などで肌をガードすれば万全です。

またUV対策の二環として、日ごろから十分な保湿をすることで、肌の代謝、免疫力を常に正常に保っておくというのも重要です。多方面から対策を整え、今、そして未来のお肌を優しくケアしましょう。

10年先の美肌を思いやる日焼け止めラインアップ



各商品の詳細は、衣理クリニックのウェブサイトをご覧ください。
衣理クリニック 表参道駅前店
東京都港区北青山4-1-1 衣理クリニック表参道駅前店
TEL:03-5786-1155

「*肌潤*引締め*UV対策」
メイクの上から使えるミスト

10分後にリメイク!

リメイクUVミスト