

症状 テカリがとまらない

診断 実は乾燥が原因です

夏はエアコンなどで冬と同じくらい低湿度環境。肌の水分量が少なくなると皮脂が大量に分泌されます。(片桐先生)

処方箋 ざっぱりしたジェルで水分をとじこめる!



ポイント オイリー肌だと決めつけないで!

症状 洗顔するとつっぱる

診断 まちがい洗顔が原因かも

過度の洗顔や強い洗いお湯の温度が熱すぎると、必要な皮脂まで落とてしまいつっぱり感が。(千葉先生)

処方箋 正しい洗顔を!



ポイント 洗顔後、手で触って肌状態をチェック

YES!!



症状 ほっぺに粉がふいている

診断 メイクの落とし忘れや乾燥が原因!

「メイクをしたまま寝てしまったり保湿ケアを怠ると、皮脂のバランスがくずれ肌が乾燥し、粉をくっつける。(千葉先生)」

処方箋 肌に優しいバームで集中保湿を



ポイント 寝る前はメイクをきちんと落とし

症状 目のまわりに白いブツブツが!

診断 “ひりゅうしゆ”です!

「ほほ体質の体質なので、できやすい人とはできにくい人があります。自分で無理にとろうとすると跡になる可能性があります。病院へ行って治療を。(片桐先生)」

処方箋 お医者さんに診てもらいましょう

ポイント お医者さんに診てもらいましょう

症状 小鼻が黒ずんで汚い!

診断 皮脂が詰まっています

「過剰に分泌された皮脂が毛穴に詰まって汚れと混ざり、それが空気に触れ酸化すると黒ずみます。無理に押し出すと肌を傷める恐れが。(高下さん)」

処方箋 汚れは溶かしたし、ためない習慣をつくる



重症 毛穴詰まりのお掃除はじっくりと

症状 クマがひどいです

診断 血行不良or摩擦が原因かも

「一般的に“青クマ”はむくみや血行不良によるもの。一方“黒クマ”は、こすりすぎなどの摩擦による色素沈着が原因。(高下さん)」

処方箋 原因に合ったケアを!



症状 肌がゴワついでカたい

診断 ターンオーバーが乱れています

「皮膚代謝が低下することで、肌表面の不要な角質が正常にはがれずたまっている状態。(高下さん)」

処方箋 肌をやわらかくして保湿する!

「保湿成分が豊富で、肌の水分量を高め、乳剤のコットンパックや保湿マスクでうるおいを。」



ポイント 保湿してターンオーバーを正常化

暑さが原因の症状をレスキュー!

夏は乾燥や熱い環境が原因で、保湿不足や、お肌の水分量が少なくなると皮脂が大量に分泌されます。(片桐先生)

症状 ちりめんジワができてる

診断 目まわりは一番乾燥します

「皮膚の中でも皮脂分泌が一番少ないので、乾燥しやすくシワになりがち。(千葉先生)」

処方箋 アイクリームで保湿命



危険 乾燥を放置するとシワは増加!

症状 いつもよりむくむ!

診断 冷たい水分のとりすぎです

「冷たいドリンクを摂りすぎたり、エアコンで体を冷やしがすぎると、代謝が悪くなりむくみやすくなります。(片桐先生)」

処方箋 代謝UPを心がけよう!

半身浴で体を温めたり、運動でリンパの流れをよくして代謝を上げ、ドリンクを適量にとればよ。

軽症 暑いからって体を冷やしすぎないで

不規則な生活が原因の症状をレスキュー!

夏はエアコンの多い環境は、乾燥不足の原因の一つ。メイクを落とさず寝てしまったり保湿ケアを怠ると、皮脂のバランスがくずれ肌が乾燥し、粉をくっつける。(千葉先生)

症状 突然ニキビができた

診断 バイ菌が侵入した模様

「ストレスによるホルモンのバランスの乱れが毛穴の皮脂詰まりを助長し、そこにニキビ菌が繁殖したことで発生。(千葉先生)」

処方箋 触らず清潔に!



ニキビの治療も探険がきくように

「ニキビは顔にできる肌トラブルの代表格。ニキビ菌が繁殖し、炎症を引き起こすことで発生します。適切なケアで炎症を抑え、肌を清潔に保つことが大切です。」

軽症 ニキビは触らず清潔に

女の命である髪が瀕死状態に……

ヘアのダメージ

プールの水や紫外線によるダメージが蓄積されてきた髪は、乾燥や切れ毛の原因になります。ダメージを受けた髪は、髪質が弱くなり、髪が抜けやすくなる。また、髪が弱くなると頭皮が痒くなる。ダメージを受けた髪は、髪質が弱くなり、髪が抜けやすくなる。

どうして夏は髪が傷むの？

紫外線・暑さ・塩素が主な要因

「紫外線によりキューティクルが剥がれ、髪の水分が蒸発して乾燥します。また、暑さで頭皮の皮脂分泌が過剰になり、毛穴が詰まる。塩素は髪を乾燥させ、ダメージを与えます。」



症状 髪全体がからまる

原因 髪表面が傷んでいます
「キューティクルが傷んで表面がツボツボになり、髪の毛が絡みやすくなるのが原因です。」(江井さん)

処方箋 キューティクルの補修を目指して!



処方箋 はがれたキューティクルを整えて

症状 フケが出る……

原因 頭皮の乾燥が原因!
「頭皮の水分が不足して乾燥すると、フケが落ちてきます。」(江井さん)

処方箋 地肌のうるおいバランスを整えるべし



処方箋 生活スタイルの改善も合わせて

症状 毛先がバサバサ

原因 髪内部の水分が不足している証拠!
「紫外線の外的乾燥や乾燥した環境に長時間いることで、髪内部の水分が蒸発して乾燥します。」(江井さん)

処方箋 お風呂の外でもケアを忘れずに!



処方箋 傷んだ毛先を保湿して

危険 悪化する枝毛や切れ毛の周辺に

症状 地肌がべたつく

原因 汗で汚れがたまりやすい環境!
「夏は汗で頭皮が濡れると、汚れがたまりやすくなります。」(江井さん)

処方箋 スカルプケアの習慣を



処方箋 頭皮にバイ菌が増えています!

症状 枝毛がいっぱい……

原因 キューティクルが破壊されています
「キューティクルの破壊により、髪の水分が蒸発して乾燥します。」(江井さん)

処方箋 ダメージ用シャンプー＆コンディショナーに切り替えて!



処方箋 毎日ダメージケアを!

重症 毎日のダメージケアを!

症状 カラーが抜けた!

原因 これもダメージが原因
「紫外線やカラーリングで受けたダメージが大きいと、カラーリング剤の浸透力が低下し色が落ちやすくなります。」(江井さん)

処方箋 カラーケアにこだわったシャンプー＆コンディショナーを投入して!



処方箋 ダメージをなくせばカラー長持ち

夏トラブルは肌だけじゃない! 2大問題 パーツを完治させよ!

夏の紫外線や暑さやヘアや足にもダメージを蓄積している様子! この2つのパーツをしっかりケアして、夏レスキューを完了させよう!

未だまでダメージが

足のトラブル

夏は足を出しているが、足のトラブルは夏にだけ起こります。紫外線や暑さによる乾燥や、塩素によるダメージが原因です。足のトラブルは、足の乾燥や、足の痒み、足の痛み、足の腫れ、足の赤み、足の発疹、足の潰瘍、足の感染症、足の怪我等です。

どうして夏は足のトラブルが起きるの?

暑さは過酷な環境と心得て!

「暑い環境にいると、足の乾燥が進みます。また、紫外線によるダメージも蓄積されます。足のトラブルは、足の乾燥や、足の痒み、足の痛み、足の腫れ、足の赤み、足の発疹、足の潰瘍、足の感染症、足の怪我等です。」

症状 足裏がかたくてガサガサ

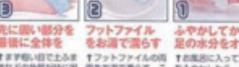
原因 余分な角質がたまってます
お風呂でファイルをかけて!
「乾燥すると足にも角質が、ファイルをかけて角質を削ぎ、保湿は必ずスクラブで保湿をして!」(山下さん)



処方箋 足に保湿剤を塗る

症状 巻き爪が痛い

原因 切りすぎorのびすぎの可能性が
処方箋 巻き爪が改善すると痛みも



処方箋 歩き方やサンダルが原因で皮膚が厚くなってます



処方箋 自分でケアせず皮膚科に相談

症状 唇が荒れている!

原因 日焼け止めはきちんと
「日焼け止めをきちんと塗って、紫外線によるダメージを防ぎます。」(江井さん)

処方箋 はちみつを塗る

症状 ポディがカサカサに

原因 スクラブクリームで角質ケア
「角質を削ぎ落とすことで、肌の乾燥を防ぎます。」(江井さん)

処方箋 スクラブクリームで保湿

症状 ネイルが乾燥してる!

原因 キューティクルオイルで保湿
「キューティクルオイルで保湿して、乾燥を防ぎます。」(江井さん)

処方箋 ヒアスの穴が化膿した!

「汗をかきと蒸れが入って化膿する可能性があります。化膿したヒアスの穴は、消毒して、絆創膏を貼ります。」(江井さん)

他にもこんな症状が!

ちょっと気になる夏のトラブルをレスキュー! 毎日のケアでケアして、NOTダメージな夏を過ごそう!