

UVケアしてたのに
日焼けしちゃった!

とにかく暑すぎて、
汗かいたっちゃった!

“あとのまつり”からの

事後処理 夏美容

肌や髪の日焼け、汗のニオイ、むくみ、“ついいうっかり!”の失態は、後々あなた自身に大きなダメージになって戻ってきます。そこで失態をなかったことにするための、今日からすぐ実践ケアを美のプロたちがお教えします!

Photo:Ka Ogi (Stl. Uki, Umi Fall) (p. 234), Kaichi Suto (p. 235), Mako Teraoka (IMAGE) (p. 238) | Hair & Make-up: KAYA & DONNA (p. 238) | Model: Ayumi Kakikuchi (p. 238) | Illustration: Tetsuya Honda (Illustration Agency) | Text: Yoko Hosokawa | Editor: Chizuko Sato (MS) (p. 238)

シミや焦げ肌だけじゃない! たるみの原因にも!?

30代、日焼けの放ったらかしは命取り

日差しを浴びた後に肌のはりを感じたら、それはウツカリ日焼けのサイン! 即ケアが鉄則です。

日焼けは肌表面だけでなく、 肌のコラーゲンも阻害してしまうんです

日焼けの真の恐ろしさは肌の奥底で起きているという皮膚先生。その真実に迫る!



まずは段階別ケアを覚えて
日焼け後の事後処理

3STEP

3
攻め期
日焼けから
約1週間後

2
安定期
日焼けから
約3~5日以内

1
鎮静期
日焼けから
48時間以内

自然と整った肌質になる
は、適切な段階別ケアを
覚えてステップを踏み出
すことが最も重要なポイント!



美容室オーナー兼 皮膚科 院長
片桐衣理 先生

美容室オーナーの片桐衣理先生は、美容室だけでなく、皮膚科クリニックとして、様々な女性に悩まされる女性の悩みを聞き、最新の美容機器で的確にサポートする。
<http://www.en-cinco/>

紫外線を浴びたら、
48時間以内が勝負!
日焼けをすると、肌は表皮が
起り、シミの原因になるとい
うのは誰もが知っていること
でも、肌の奥底では何と云う
しい現象が始まっている、と片
桐衣理先生は警告を鳴らします。
「細胞の壊れやすさを増してし
まうと皮膚奥底にシミが蓄積
発生し、細胞を閉じこめてしま
うほか、コラーゲンやエラスチ
ンを破壊する酵素を生み出して
シワの原因にも、まさにうっ
かりが肌の命取りになってし
まうんです。」(衣理先生)

まずは紫外線を浴びない工夫
を最も優先させるのですが、
紫外線を浴びてしまったら、ま
ずはその時以内で速やかな事後
処理ケアが勝負の鍵に。
「日焼け後の肌のはりや赤み
は日焼け以内で1週間を過ぎる
ので、1週間後、肌をクールレ
ウンさせてあげることが最も重
要!」
ポイント1は、美白には必要
なビタミンCの少ない、保湿
の成分が豊富な化粧水や乳液
に、日焼けをした直後、この3段階
で行うケアが有効なのです。

知得
Topics

今注目の“飲むUVケア”って?

「飲む日焼け止めだけでは、紫外線から肌を完全に防衛できません」と衣理先生。飲むUVケア(ヘリオケア)はアミノ酸とビタミンCを配合したFerm Blockが破壊し、細胞の損傷を防ぎます。

“もはやこのサプリなしでは
外出できません”

片桐衣理 先生

紫外線防御作用は服用から約30分後に発生します。UVケアとしてはもちろん、日焼け後の肌の赤み、皮膚のダメージ回復にも効果的なビタミンCです。本誌特別インタビューに協力。ヘリオケア(100粒入り)300円(税別)1月分) ¥6,800。美容室片桐衣理



日焼け後は、肌の状態変化に合わせたケアが大事!

「日焼け後の時間経過とともに、肌の状態に合わせて肌のケアをすることを心がけて」(治療先生)。スピーディな対応が肌の未来を左右する!



プラスケア

抗酸化&コラーゲン修復には サブリの早期投入でダメージ食い止め!

肌の老化対策にいちばん有効なのは「酸化」を防止すること。皮膚の真皮を構成するコラーゲンも積極的に摂取して!



徹底的な抗酸化を
目指すならばビタミンC

1 ヌメロよりもさらに400mgのビタミンC
をたっぷり配合したサブリVITAMIN C
リ。肌のハリを強く保つ「ビタミンC」
をC-400 90カプセル ¥2,540 / 美人
製造研究所

細胞のすみずみまで
抗酸化作用を広げる

強い抗酸化作用のあるαリポ酸は、
肌の老化を防ぐことで還元型コラーゲンの
量を減少させる働きも期待。αリポ酸
2効果を搭載! αリポ酸 80カプセル
¥4,200 / 美人製造研究所



コスメで基本ケア

超マイルドな保湿ローションで 肌の炎症をクールダウン

刺激に敏感な日焼け直後の肌は、低刺激な化粧水で保湿を。水分補給は、水分を閉じ込める保湿クワムのフタを忘れず!



角質層の奥深くまで
うるおいで満たす!

ノドに届かせるような濃度の保湿液。保湿成分の配合、肌に安心なスーパー保湿ローション。イオンシミュレーション®
イオンチャージシステム ¥9,840 / 美人製造研究所



STEP 1
鎮静期
(48時間以内)

“やけど状態の肌を
まずは鎮める。
インナーケアも
必須です”

「日焼け後の肌は炎症を起こしやすいやけど状態。肌をしっかりと冷やし鎮静させることを第一に、肌の状態が落ち着いてから保湿でローションパックを行うと同時に、インナーケアを始めるとその後のダメージも軽減できます」(治療先生)

ソフトなピーリングで “攻め期”の前の下地づくり

肌がすっかり鎮静したのを確認したらピーリングで攻めの用意を開始。できるだけ肌に刺激を与えないものを用意!



軽いマッサージで
古い角質がゴロゴロ

αリポ酸の力を活用して、手荒れや角質を消去。保湿成分もたっぷり配合した、治療先生こだわりの「イオンチャージシステム」ピーリング ¥4,800 / 美人製造研究所



しっとり系の美白マスクで メラニンの活動を先手ブロック

乾いた肌にはやはりマスクが効果的キケン! 保湿×ホワイトニングによって、本来の肌になぐと近づきます。



STEP 2
安定期
日焼けから
約3~5日以内

“マイルドな
美白ケアの
始めどき。
保湿も怠りなく!”

「乾燥がさらに進む、乾く寸前まで感じるこの時期は、保湿と美白を両立させるための美白マスクを導入します。また、5日目以降には既に肌力回復を促すソフトピーリングで、この後の攻めのケアの予ごしらえを」(治療先生)

攻めのクリニックには 無針メソで入れ込み美白

治療先生のおすすめは、細胞レベルから活性化させる「無針メソ for FACE」。うっかり女子の駆け込みメニュー-No.1!

美白カクテルを
肌の奥まで注入!
ワンランク上の効果美白
ケアを享受するに、目を
休めず肌の深層までやさ
しく入れ込み、無針メ
ニューがおすすめ。トラ
ンクレーンなど美白に効
果が期待できるメソ
ックに投資します!



クリニック

治療先生自ら監修した無針メソ、導入カクテルで効果美白アプローチ。肌を休めず美白メソ for FACE ¥19,800 無針メソック 無針メソ ¥20,000 9799-1155



攻めの自宅ケアは

パワフル美白有効成分入り美容液

肌がすっかり鎮静したら、美白有効成分をたっぷり配合した美白美容液を投入。メラニンを固定化させないことが重要です。



STEP 3
攻め期
日焼けから
約1週間後

“最新の
美白美容液と
クリニック治療で
最強の2段構え”

「ここからが最も重要な攻め期です。最新の美白美容液とクリニック治療で最強の2段構え。美白有効成分をたっぷり配合して美白の両立力をサポート。毎朝、夜にパックアップする最新の美白美容液とクリニックのワークで、うっかり日焼けを寄せつけない」(治療先生)