VS 大人ニキビ お悩み解決します！

ニキビケア、いまこれが超売れてる！肌を整えて、回復させる3アイテム。

何度も何度も繰り返し、痕も残りやすい大人のニキビ。そのしつこさから逃れるには、20代以降の肌と体調に合わせたお手入れがカギ。そんな大人の肌事情を視野に入れ、体の内外からしっかりサポートしてくれるウワサのニキビケアアイテムをご紹介。

クチコミ
ニキビができてしまった時は、スキンケアをエテュセに変えています。とくに「薬用アクネ アクアシューターEXモイスチャーアップ」は、しっとりさせながらしっかりニキビを抑えてくれる化粧水なのでお気に入りです。（25歳・自営業）

片桐衣理先生

「衣理クリニック表参道」院長。美容皮膚科・内科医。内外からトータルで治療する最新美容医療を行う。http://www.eri-clinic.com

10代の頃はまったく縁がなかったのに、働き始めてから突然できることも多い大人のニキビ。

「大人になってからのニキビには、肌代謝の落ち込みが大きく影響しています。ターンオーバーが遅くなり角質が溜まった肌は炎症が起きやすい状態。さらに、低下した水分保持力を補おうとして皮脂分泌も多くなります」（衣理クリニック表参道院長・片桐衣理先生）

そのため、過剰な皮脂やアクネ菌をどんどん洗う、という思春期用のニキビケアは適用しないそう。

「日常のスキンケアは、マイルドに洗い、しっかり保湿することがポイント。そのうえで、食生活や生活習慣などを見直して体の内側からしっかり整え、ホルモンバランスの乱れやストレスなど根本的な原因に働きかけることが大切。良くなってからも3か月を目安に肌別のスキンケアを継続すれば、ニキビのできづらい肌になります」

ネクア
クレンジングリキッド、ウォッシュフォーム、トーニングローション、ケアエッセンス

肌質で異なるニキビを4つのケアでレスキュー。

「お手入れは、必要な皮脂を残す洗顔と乾燥状態に合った保湿をセットで行うのが鉄則」（片桐先生）。

血の巡りを改善して体の内から根本ケア。

「女性ホルモンのバランスの変化は、大人のニキビの大きな要因。生理前にできやすいニキビは体の内側から働きかけて」。

トリア・ビューティ・ジャパン
トリア・スキンパーフェクティング
ブルーライト スタンダードキット

青色の光で、刺激を与えずニキビ菌を撃退！

「ニキビ治療の定番のひとつがブルーライトの照射。肌に負担をかけずにニキビ菌を殺菌するのに有効です」。