

# 4大肌トラブル別 ~解決法~

## 乾燥

乾きがおさまらないときは美容液をセラミドに

セラミドは、外部刺激から肌を守るための「バリア機能」をサポートする重要な保湿成分。角層細胞同士の隙間を満たして、水分をつなぎとめてくれます。セラミドは加齢によって減少していく成分。「セラミド配合美容液」を使ったスキンケアがおすすめです。



化粧水と美容液の間のような感触で、オリーブオイルも配合されているので、少量でも満足できる保湿感です。年齢を重ねた素肌にハリ・弾力・透明感がアップします。

オリーブマノン  
エスペランサ エマルシオン  
80mL ¥7,700(税込)



うるおいとハリを与える美容エッセンスです。気になる目もと・口もとをはじめ顔全体のお手入れにおすすめです。

ヒノキ肌粧品  
メイサイト エンリッチ W  
24mL ¥28,600(税込)

## 老化

シミ、シワ、たるみ…攻めと守りのスキンケアが肌老化を遅らせる

肌老化を遅らせるためには「守りのスキンケア」と「攻めのスキンケア」をおこなしましょう。「守りのスキンケア」には2種類あり、紫外線から肌を守るお手入れと、肌に栄養を与えるお手入れです。「攻めのスキンケア」は積極的に代謝を高めたり、コラーゲンを増やしたりするお手入れで、ピーリング材やレチノールがこれに相当します。「守り」と「攻め」を両方取り入れりことで、積極的なアンチエイジングが可能になります。



中医学で乾燥肌は「血虚証」。補血力に優れた当帰たっぷりの漢方は美肌や美髪でのご愛飲者も多くいます。また、血流アップの活血作用で、ターンオーバー促進にも役立つオールマイティな美容漢方。

イスクラ産業  
婦宝当帰膠B  
300ml ¥6,490(税込)



皮膚の専門家監修の「純ハイドロキノン」5%配合のポイントケアクリーム。できてしまった頑固なシミに強力アプローチ。

セルピュア  
ブライトニングクリスタル  
12g ¥4,950(税込)



日焼け止め特有の重さがなく、サラっとしたつけ心地。石鹸で落とせます。

ヒノキ肌粧品 シュトラヴェール  
55g ¥4,180(税込)



補腎剤は中医学的アンチエイジング☆肌の潤いと弾力アップを身体の中からサポート。イスクラ産業 星火亀鹿仙 10包 ¥3,940(税込) 60包 ¥18,900(税込)

美容と健康に優れた効果を発揮する高貴薬。セラミド・ヒアルロン酸の機能を高めるお手伝い。イスクラ産業 艶麗丹 60袋 ¥17,280(税込)



角質を柔らかくすると毛穴は目立たなくなる

## 毛穴

黒く目立ってしまう毛穴ですが「どうしても毛穴を目立たせたくない」という人には、角質コントロールをおすすめします。ピーリング化粧品を使って厚くなった角質を落とすお手入れ法です。このお手入れを続けることで、毛穴まわりの皮膚が柔らかくなり、毛穴が目立たなくなってきます。



古い角質や毛穴の汚れをやさしく取り除き、くすみやざらつきのない透明感のある肌に導きます。

ホワイトリリー  
クリアプロテイン  
120g ¥3,850(税込)

強く擦らないのがポイント♪



ニキビを根本的に治すには漢方薬も◎

## ニキビ

ニキビを根本的に治すには漢方薬の飲み薬がおすすめです。ホルモンバランスを整えたり、皮膚の免疫を高めるなど、いろいろな作用が知られています。



中国皮膚科では代表的な漢方「五味消毒飲」をベースにした健康食品。炎症全般によく用いられます。イスクラ産業 五涼華 60包 ¥5,400(税込)



卵黄に溶いて服用するのが本来の処方。膿のある腫れや痛みに。長倉製薬 排膿散 10包 ¥880(税込)



皮膚の炎症と潤いに効能を持つ優れもの。ニキビや火傷の痕を残しにくくするのに役立ち。コタロー 神仙太乙膏 20g ¥1,870(税込)



ニキビの原因である皮脂分泌・酸化を抑制+毛穴の引き締め+色素沈着の軽減と、ニキビには必須のローション。ホワイトリリー VCローション 65mL ¥3,850(税込)

コラム「漢方薬剤師 masayo カラダも一日にして成らず」は、スペース不足のため、ホームページ(右QRコードより是非)のみの掲載になります。ごめんなさい!

