「シワ」のいろいろ

シワは水分不足や老化やUVによるコラーゲンの減少が原因ですが、他にも日ごろの生活やクセなども原因になります。

ちりめんジワ

目元の下あたりにできる浅くて小さなシワ。

カラスの足あと（目じり）

笑ったときにできる目じりからコメカミに向かってできるシワ。
眼輪筋の衰えや血行不良も原因。

おでこのシワ

おでこに横に走るシワ。眉を持ちあげる表情グセや頭皮がかたくなっていることも原因で起こる。

眉間のシワ

皮膚が薄いところなので、目を細めたりしかめっ面などがお肌の深いところまで残ってできる。

ゴルゴライン

目頭から頬にかけて横切る斜めの線。目の筋肉と頬の脂肪の境界線。

マリオネットライン

口の両脇からアゴの横へ向けてのびるライン。頬の重みが支えきれなくなって線となってあらわれる。

ほうれい線

鼻の横から口もとへ向かってできる頬の筋肉の衰えによるたるみ。リンパの滞りやコリ、むくみも原因。

口の上の縦ジワ

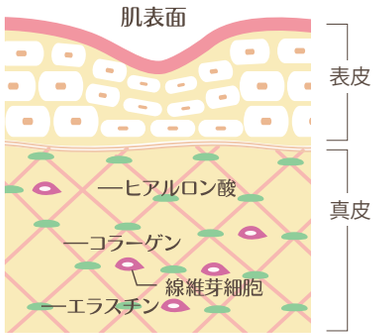
口輪筋の衰えや唇の組織が痩せて、ボリュームが減り、唇の形が変わることも原因。

表皮性のシワ

水分が不足し乾燥することで、肌表面のキメが乱れ、細かなひび割れが起こる。

スキンケア

水分だけでなく油分もプラスしてしっかり保湿しましょう。特に、皮脂膜（スクワラン）、NMF、セラミドを補給すること。



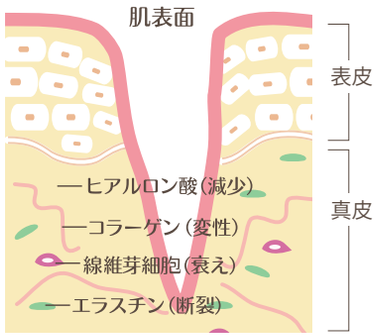
表皮性と真皮性の見分け方

お風呂上りなどお肌が濡れているときや、シワを指で押し広げたときにシワが消えれば、まだ浅い表皮性のシワです。

表皮と比べて真皮の改善には長く数年かかります。真皮性のシワに進行する前に早めのケアをしましょう。

真皮性のシワ

お肌を支える真皮のコラーゲンが減少し、弾力が無くなることで深く溝のようなくぼみになる。

スキンケア

コラーゲンなどのハリや弾力をつくる成分でケアしましょう。特にコラーゲンを合成に必要なビタミンC誘導体がオススメ。