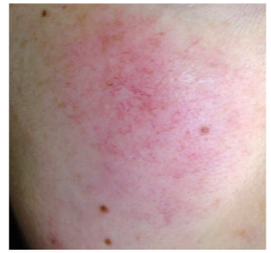
「敏感肌」のいろいろ　敏感肌の原因やケアの方法をみてみましょう。

乾燥性ニキビ

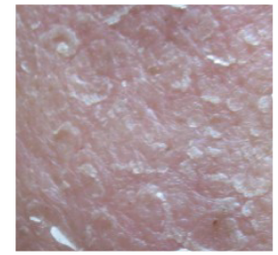
・角質層の乱れによって狭くなった毛穴に皮脂が詰まり菌が繁殖しやすくなるので、乾燥しているのにニキビができる。
・過度の洗顔はやめて保湿を心がける。

赤ら顔（毛細血管拡張）



・血管が拡張して血流が増え、皮フ表面から血液の色が透けて見える。
・頬や小鼻が赤くなりやすい。
・血行を良くし、毛細血管をきたえるケアを。

脂漏性皮膚炎



・皮脂の多い場所を中心に炎症を起こし、かゆみをともなう。
・皮フが荒れてカサつき細かく剥がれ落ちる。
・ビタミンCの摂取と刺激の少ない洗顔を。

接触性皮膚炎

・衣類や化粧品の刺激、摩擦などで赤くなったり、かゆみや湿疹が出る。
・刺激物の量や濃度によって反応は異なる。
・接触するとすぐに症状があらわれる。

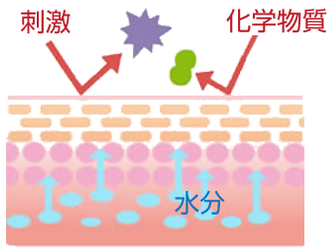
アレルギー性皮膚炎（うるしカブレなど）

・特定のアレルゲンに対して症状が出る。
・症状があらわれるまでに２４時間～４８時間ほどかかる。
・接触していない部位にも症状が出る全身性の反応。

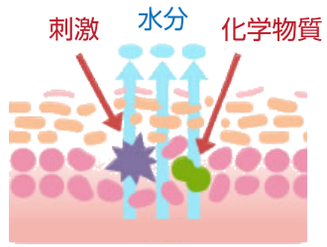
アトピー性皮膚炎

・皮フの炎症、かゆみ、乾燥が主な症状。かゆみを伴う発疹が繰り返しあらわれる。
・夏の発汗と冬の乾燥に気を付け、水分を保つ保湿ケアを心がける。

敏感肌とは　角質層のバリア機能が低下して、刺激を受けやすい状態のことを言います。



＜健康なお肌の角質層＞



＜敏感肌の角質層＞

敏感肌ケア①刺激から守る

ゴシゴシ洗顔のような間違った美容法や合わない化粧品はＮＧ。紫外線にも気を付け、刺激からお肌を守りましょう。

敏感肌ケア②バリア機能の改善

角質のバリア機能を高めるため十分な保湿と保護を。ＮＭＦやセラミドをしっかり補給しましょう。

敏感肌の原因

敏感肌の原因には、遺伝、ホルモンバランスの乱れ、内臓機能障害などがありますが、合わない化粧品や間違った美容法など**自ら敏感肌を作り出してしまっている**場合もあります。
プロによるお手入れと正しいスキンケアで健康なお肌を目指しましょう！