

第1章

肌をリセット

検証!

“古い肌”^{*}を脱ぎ捨てる ということ

世界的なブーム「ピーリング」とは?

美肌のために、ご自身のクリニックでも積極的にピーリングの施術を行っていると言語、あおいクリニックの院長、中野あおいさん。最新のピーリングケアによる肌へのメリットとは? 知られざるピーリングを検証する!



あおいクリニック院長
中野あおいさん

* 古い角質

肌に必要な メリットがあるのですか?

肌の上には日常のケアでは落とさできていない、目に見えない垢のようなもの、つまり古い角質がこびりついています。くすみの原因はたいていが、この落とさできていない古い角質で、ニキビや肌の衰えの原因にもなります。肌のいちばん外側が古い角質にブロックされていると、化粧水や美容液などの浸透が邪魔されます。すると角質層の水分や有効成分をキープする働きが衰え、乾燥しやすくなるのです。ピーリングケアには、この不要な角質だけを溶かせるよう計算された濃度の酸を用います。不要な古い角質が取り去られると、ターンオーバーが正常化され、肌細胞全体が活性化されるようになります。

ピーリングというケアに なんだか抵抗があるんですが

今でこそ皮膚医学界の常識となっていることですが、欧米人の肌と東洋人の肌では、刺激に対する抵抗力や回復力が大きく違います。なのに、10年以上前の第1次ピーリング・ブームの時は、当時アメリカで使用されていたピーリング剤をそのまま導入、エステティックサロンなどでわざわざに施術が行われていました。その結果、酸の濃度が高すぎるなど、肌に合わないという事例がいくつも起こりました。しかし今日ではピーリング剤も日本人向けに開発されたものを用いますし、皮膚科医が個々の肌に合った濃度の酸を診断した上で行うため、安全性が確立されています。私のクリニックでも、エステ感覚で受けられる方が増えています。

どういう肌におすすめですか? 逆に避けたほうが良い肌とは?

不要な角質に邪魔されて、潤いをキープできない乾燥肌やくすんで見える肌にはとても効果が期待できません。肌細胞のターンオーバーが早すぎることが原因ともいわれるアトピー性皮膚炎の肌、赤みや湿疹、かゆみがあるときの肌は避けたほうが良いですが、ニキビやニキビ跡に悩む肌にはおすすめです。ピーリングというと、日本では皮をはぐと訳され、怖いイメージをもたれがちですが、例えるなら玉ねぎの皮むきのようなもの。表面を覆っている、不要な茶色い皮をスルリとはがすような感覚といったほうが正しいと思います。敏感肌の方でも、薄い濃度から始めれば、心配ありません。

クリニック以外で ピーリングを行う方法は?

クリニックでは、皮膚治療の一環として、ホームケア用にピーリング剤を処方することもありますし、欧米では、自宅でできるピーリング剤が一般市場で発売されていて、人気を集めていると聞いています。不要な古い角質の剥離だけを促す程度、日本人の場合は、約4%以下の濃度の酸で5分程度行うのであれば、自分で行っても問題は少ないでしょう。ただし、ピーリングを行った直後の肌を酸性から中和させ、肌本来のpHへ戻すトリートメントも忘れずに。ピーリングした肌は紫外線に過敏になることもあるので、夜に行い、ピーリング後は紫外線対策を怠らないことが大切です。