

美容皮膚科タカミクリニック調べ 2024年8月

「ニキビを潰してしまう」が6割！

わかっているにもかかわらずやめられないニキビNGケアとその代償

～治療に訪れた10代から30代のニキビケアの実態を発表～

開院25年、治療実績45万人を誇る「美容皮膚科タカミクリニック（東京都港区南青山／院長 高見 洋）」は、ニキビ治療に訪れた10代～30代の273人の患者様データを基に、2024年8月ニキビケアの実態調査を実施した結果、6割が「ニキビが出来たら潰している」ということが明らかになりました。わかっているにもかかわらずやめられないニキビNGケアとその代償を発表いたします。

10～30代のニキビケア実態調査：ニキビが出来たら「潰す」vs「潰さない」



皮膚科や美容皮膚科などの医療機関のみならず、雑誌やニキビ情報のウェブメディアで必ず啓蒙しているケアの1つ「ニキビが出来ても潰さない」。知っている方も多いニキビの基本ケアですが、当院にニキビ治療で来院した10～30代の6割が「ニキビが出来たら潰してしまう」ことが判明しました。

特に10代においてニキビを潰す習慣が多いことがわかりますが、20代、30代でも過半数の方がニキビを潰していることから、ニキビを潰すという間違ったニキビケアを習慣にしている方が多いことが伺えます。

■出来てしまったニキビは自分で潰さずクリニックで施術を

ニキビ圧出

ニキビ圧出とはニキビの頂点に小さな針穴を開けたあと、面ぼう圧出器という器具を用いてニキビの中にある膿や皮脂を取り出し、ニキビの炎症を早期に抑える治療です。

膿を出そうと自分でニキビをつぶしてしまうと、炎症後化膿を起し跡が残ることがあります。当院ではLED治療、タカミクリニック式イオン導入をニキビ圧出と組み合わせることで、より高い殺菌効果や炎症抑制効果を発揮させ、ニキビ跡を最小限に抑えながら、ニキビの悪化を防ぎます。

※ニキビができてしまった時の対処療法となります。繰り返すニキビを完治させる治療とは異なります。

ニキビ圧出 10カ所以内 3,300円（税込）

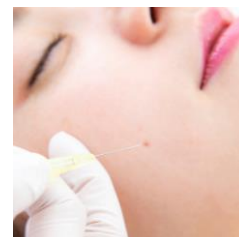
ニキビ注射

ニキビの炎症部分に直接ニキビ治療薬を注射で注入いたします。ニキビの炎症を抑えることで、ニキビの悪化を防ぎ、ニキビ跡（凹み）を最小限に抑えることができます。痛みはほとんどありません。

※診察によって適応できない場合もございます。

※ニキビができてしまった時の対処療法となります。繰り返すニキビを完治させる治療とは異なります。

ニキビ注射 3カ所まで 6,600円（税込）



ニキビを潰す習慣の代償：93%がニキビ跡を残す結果に

ニキビを潰す習慣がある人のニキビ跡の発生率

ニキビ跡がある 93%

ニキビ跡の種類内訳 (複数回答)

色み 89%

凹み 20%

ニキビを潰す習慣がある人のうち、実に93%がニキビ跡(色み、凹み)に悩まされていることが明らかになりました。この調査結果は、ニキビを潰すことがニキビ跡の発生に大きく影響を及ぼしていることを示しています。

さらに、ニキビ跡の種類についても調査しました。特にニキビ跡の凹み(萎縮性瘢痕)は、皮膚の深部にダメージが及んだ結果として生じるもので、治療が難しく、見た目に大きな影響を与えます。また、皮膚の炎症によって引き起こされる赤みや色素沈着といったニキビ跡の色みも、炎症の度合いが強いと時間が経過しても自然に薄くなるのが難しくなります。

調査概要

【調査概要】

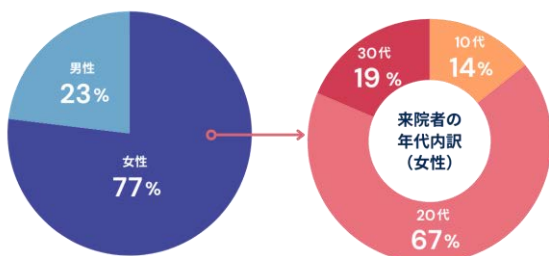
調査対象：美容皮膚科タカミクリニックにニキビ治療に訪れた初診の患者様

調査方法：来院データより抽出

調査期間：2024年1月4日～2月29日

調査人数：273名(12歳～39歳の男女)

ニキビ治療に訪れた方の性別・年代



皮膚科でのニキビ治療経験 [20～30代 女性]

治療経験あり 56%

当院でニキビ治療を受ける方の約8割が女性で、そのほとんどが20代と30代です。20代以降にできるニキビは「大人ニキビ」と呼ばれ、思春期にできるニキビとは異なり、ホルモンバランスの乱れやストレスなど、複数の要因が重なり合っていることが多く、繰り返しやすい特徴があります。そのため、保険適用のニキビ治療で効果を実感できなかった方が、治療の範囲が広がる自由診療の美容皮膚科を選択することも多いと考えられます。

実際に当院にニキビ治療にご来院された方の半数以上は、一般皮膚科でのニキビ治療経験がある方々です。保険が適用される範囲でニキビ治療を行ったものの、思っていた効果が得られず、深刻に悩み続けてきた方々が多く含まれています。

ニキビ跡を考慮したニキビ治療の必要性

これらのデータは、ニキビを潰すことがいかに深刻な影響を及ぼすかを物語っています。特に、ニキビ跡が残りやすいという事実は、ニキビケアにおいて極めて重要なポイントです。ニキビに悩む方は、ニキビを潰す習慣を避けることが、ニキビ跡を残さず、きれいにニキビを治すための重要なステップであることを再認識する必要があります。

また、当院に訪れる多くの患者様が、保険適用の一般皮膚科での治療に限界を感じ、美容皮膚科の治療を選択していることからわかるように、ニキビ治療には個々の肌状態や悩みに応じたアプローチが求められています。特に、ニキビ跡を残さないためには、早期の専門的な治療が必要不可欠です。

当院では、ニキビ跡を考慮した総合的なニキビ治療を提供し、患者様一人ひとりの肌に合わせた最適な治療を行っています。また、ニキビ跡を残さないために必須となる治療中のスキンケア方法や、避けるべきケアについてもアドバイスを行っています。これからも、美しい肌を取り戻すためのパートナーとして、皆様のニキビ治療を全力でサポートしてまいります。



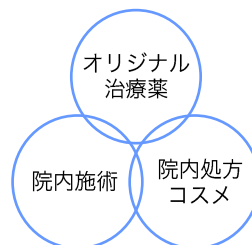
美容皮膚科タカミクリニック 副院長
山屋 雅美(やまやまさみ) 医師

美容皮膚科医。東邦大学医療センター大橋病院皮膚科、三井記念病院皮膚科にて、アトピー性皮膚炎から皮膚癌、色素性疾患(シミ、あざ等)等多くの臨床経験を積む。2011年 タカミクリニックに入職。2021年 副院長に就任。現在は毛穴・ニキビなど美肌治療から、シミ・しわ・たるみなどのエイジングケア治療まで当院の全診療の監修を行う。

一刻も早くニキビをきれいに治す「タカミクリニック式ニキビ治療」

当院では、今あるニキビを治すだけでなく、ニキビ跡を残さない、さらにはニキビを繰り返さない肌質へと根本から改善することを目的に、専門性の高いオリジナルのニキビ治療法「タカミクリニック式ニキビ治療」を行っております。

45万人以上の治療実績が詰め込まれた「**オリジナル治療薬**」、早期改善を目指すだけでなく、ニキビ跡の予防・改善にも対応でき、多方面からアプローチができる様々な種類の「**院内施術**」、治療効果を高めるためにも重要な役割を担う「**院内処方コスメ**」を用いた**三位一体のトータル治療**により、繰り返すニキビを根治いたします。一般的な皮膚科と違い、ニキビだけを治すのではなく肌質から変えていくのが美容皮膚科です。多くの方が悩まれるニキビ跡の「赤み」「色素沈着」「凹み」などの治療もお任せください。



オリジナル治療薬

自宅毎日使用する薬こそがニキビ治療の効果を左右する大切なものです。当院では、45万人の治療実績に基づいて研究・開発した独自のオリジナル治療薬を処方。25年に渡りニキビに悩む患者様の肌悩みに応え続けている専門クリニックとしての強みを活かした、当院だけにしかないお薬です。長年の臨床経験を活かして刷新し続けている当院独自の「オリジナル治療薬」により、ご自宅でニキビの根本治療が行えます。これまで様々な治療を試みては挫折してきた患者様からも「化粧品感覚で簡単に使える」「忙しい毎日でも朝晩のケアに無理なく取り入れることができ肌にしっかり効かせられる」とご支持いただき、これらオリジナル治療薬を求めて全国各地から多くの患者様がニキビ治療院に来院されています。薬だけでニキビを治す方も多くいらっしゃいます。



院内施術

ニキビに効果のある成分を皮膚に積極的にしみ込ませる導入治療、炎症ニキビを鎮静する光治療など、自由診療の美容皮膚科だからこそできる施術を多数取り揃えています。オリジナル治療薬と併せてお受けいただくことで、より早く、よりきれいにニキビを治すことができるため、**ニキビ治療院に訪れる7割以上の方が院内施術を選択されています。**



オリジナル治療薬プラン 14,000円（税込）前後

当院のオリジナル治療薬をメインにした治療を行います。

オリジナル治療薬+院内治療プラン 25,000円（税込）前後

“より早く”“よりきれいに”を求める方へ、オリジナル治療薬と院内施術を組み合わせた治療を行います。

※初診料（3,300円）を含みます。

※当院は自由診療となります。

■自宅にしながらニキビ治療院に通院「にきびオンライン診療」

「にきびオンライン診療」は、ビデオ通話機能を利用してご自宅や職場にしながら、スマートフォン1つで、ニキビ治療を25年おこなっている、東京・表参道の「美容皮膚科タカミクリニック ニキビ治療院」へ通院できる遠隔診療サービスです。

ニキビを専門とする実績豊富な医師による診療や独自開発のニキビ治療薬の処方、スキンケア指導など、ニキビに特化した専門治療を全国どこからでも受診することができます。

にきびオンライン診療 初回費用の目安 14,000円（税込）

基本となるオリジナル治療薬（約1ヵ月分）を初回の診察で処方いたします。医師による診察料と合わせて、およそ14,000円が初回費用の目安となります。

※処方されたお薬はご自宅へ配送となります。

※送料が別途発生いたします [送料目安：1,070円（本州・四国）、1,470円（北海道・九州沖縄）]。

※初診料（3,300円）を含みます。

※当院は自由診療となります。



クリニック紹介

美容皮膚科タカミクリニック

1999年、東京・表参道に開院した「美容皮膚科タカミクリニック」は、長年の臨床で培った「タカミクリニック式メソッド」による専門性の高い独自の治療を行っている総合美容皮膚科です。ニキビや毛穴などの肌トラブルから、シミやしわなどのエイジング症状まで美しい肌を手に入れるための治療を幅広くご提案しています。

[自由診療／予約制]

[ご予約・問い合わせ]

(初診) ☎03-5414-6000 (再診) ☎03-5414-6300 (電話受付時間 10:00～20:00)

ニキビ治療院

東京都港区南青山3-18-20 松本ビル3F・4F・5F



本院

東京都港区南青山3-18-5 モンテプラザ2F・3F・4F



[診療時間] 10:00～19:00 (金曜のみ11:00～20:00)

[休診日] なし (12/31～1/3は休診となります。)

[公式サイト] <https://takamiclinic.or.jp>

[毛穴情報総合メディア：毛穴にバイバイ！] <https://takamiclinic.or.jp/media/pore/>

[ニキビ情報総合メディア：ニキビにバイバイ！] <https://takamiclinic.or.jp/media/acne/>